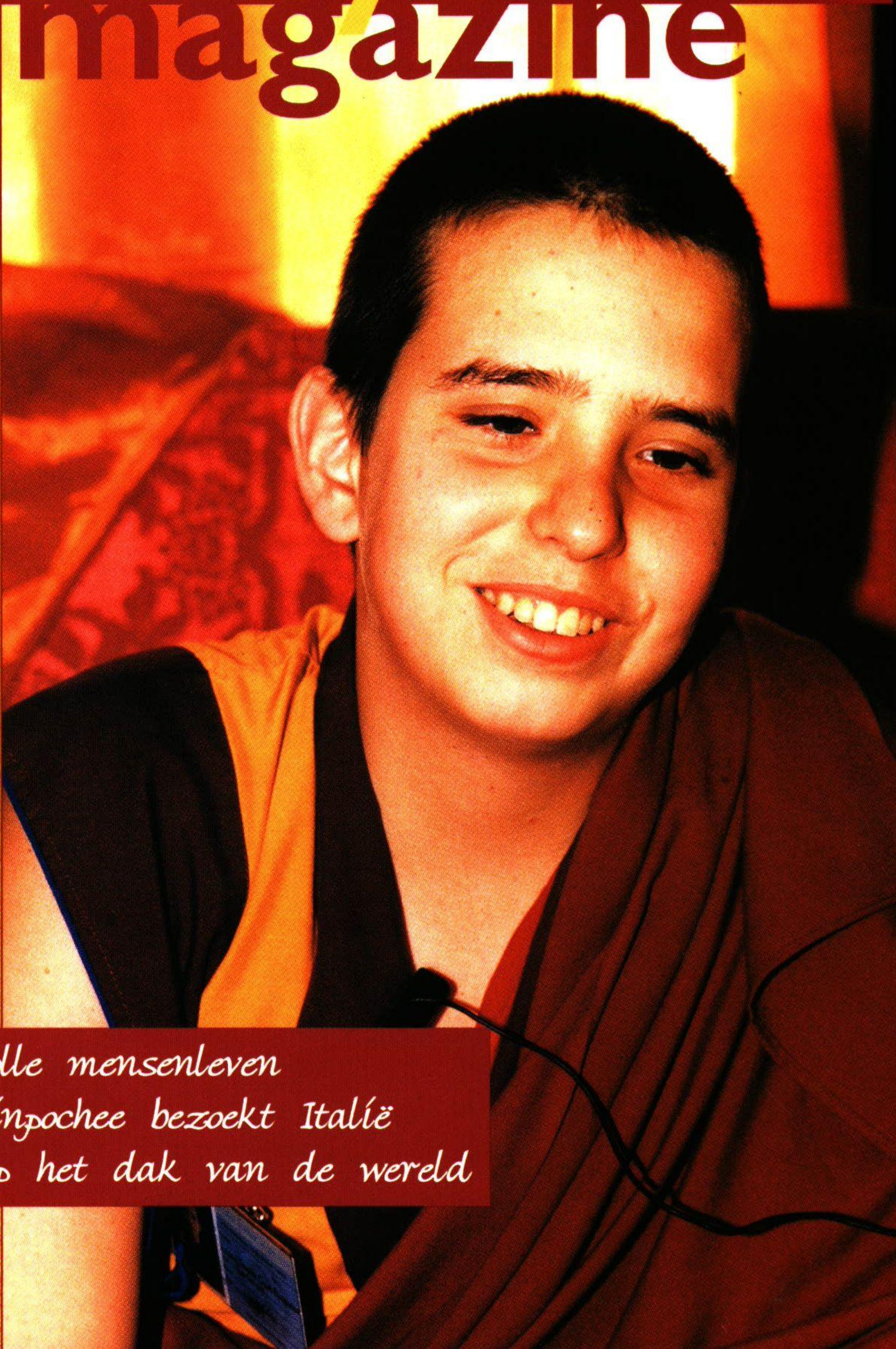
MAITREYA
INSTITUUT

Maitreya magazine



Tibetaans
boeddhistisch
tijdschrift
jaargang 23 - 2001
nummer 2
f. 10,-

Het waardevolle mensenleven
Tenzin Ösel Rinpochee bezoekt Italië
Drie dagen op het dak van de wereld

FPMT - Basis studie groot succes

Niet alleen de aantallen deelnemers aan het studieprogramma geven aan dat deze formule in goede aarde valt, de uitslag van het eerste tentamen over het onderwerp Geest en Cognitie was ook zeer bevredigend: dertien deelnemers scoorden een gemiddelde van 7.7 punten. De Nederlandse monnik Martin Klaassen (Tenzin Namdak) die al jarenlang in het Sera Klooster in Zuid-India studeert en twee maanden bij ons op bezoek was, heeft de antwoorden samen met Geshela nagekeken. Ook hij was verrast over de kwaliteit en het niveau van het onderricht. Kwaliteit en betrouwbaarheid zijn steeds belangrijke criteria geweest in het Maitreya Instituut. Het succes van de FPMT - Basis Studie is mede te danken aan de studiebegeleiding door gevorderde studenten, die inhoud geven aan de discussies en meditaties die om de lezingen heen worden georganiseerd. Wellicht dat het succes van deze 13 pioniers anderen zal aanmoedigen ook eens aan een tentamen mee te doen.
Overigens blijft het ons beleid dat tentamens niet noodzakelijk zijn om aan de FPMT - Basis Studie Tibetaans boeddhisme te kunnen deelnemen. Men kan ook vrijblijvend student zijn, deelnemen als cursist of inschrijven als belangstellende. Hoewel we thuisstudie niet aanmoedigen, is dat voor degenen die de levende overdracht door persoonlijke omstandigheden niet kunnen bijwonen, in sommige gevallen toch een uitkomst.
Naast de artikelen over Dharma en andere onderwerpen die met het Tibetaans boeddhisme, de FPMT, het Maitreya Instituut en Tibet te maken hebben, vindt u in dit nummer ook een verslag van het bezoek dat Lama Ösel Rinpochee onlangs aan Italië bracht. Mede omdat hij in zijn vorige incarnatie als Lama Yeshe samen met Lama Zopa Rinpochee de oprichter was van de FPMT en van het Maitreya Instituut, zullen wij u van zijn verlichte activiteiten op de hoogte houden.

De redactie wenst u weer veel nuttig leesplezier en hoopt u op de cursussen of lezingen in Emst, Amsterdam en Groningen te kunnen begroeten.

Uw eindredacteur,
Hans van den Bogaert

Inhoud

Het waardevolle mensenleven *door Geshe Sonam Gyaltsen* 1

Tenzin Ösel Rinpochee bezoekt Italië *door Thubten Tsognyi Massimo* 10

Interview met voorzitter BUN *door Koosje van der Kolk* 11

Optreden Tibetaanse nonnen in Nederland *door Nanda Huneman* 16

Drie maanden op het dak van de wereld *door Ruud Lieskamp* 20

Tibetnieuws *door Paula de Wijs* 24

Maitreya Amsterdam *door Nanda Huneman* 26

Gedicht voor het opwekken van de drang naar vrijheid 29

Dringende situatie in klooster *door Geshe Sonam Gyaltsen* 30

'homepage' *door Herman Homan* 32

Overzicht kalender 34

Over leven en sterven *door Klaas Boer* 36

Cursusinformatie 37

Programma Emst eerste helft 2001 38

Programma Maitreya Noord-Nederland 42

Het waardevolle mensenleven

Jan Paul Kool

Monniken vormen een 'gele lijn' in afwachting van Lama Zopa Rinpochee.

Zoals mij is verzocht zal ik vanavond iets vertellen over de boeddhistische visie op het waardevolle mensenleven. Het waardevolle mensenleven kunnen we op verschillende manieren bezien. Op de eerste plaats zijn er overeenkomsten tussen alle verschillende mensen, maar er zijn ook verschillen in de manier van denken, in interesse, in aanleg, in capaciteiten enzovoort. Vanwege al die verschillen tussen individuele mensen zijn we er in het boeddhisme blij mee dat er meerdere wereldreligies bestaan en dat er binnen elk van die wereldreligies meerdere stromingen bestaan om tegemoet te komen aan de aanleg, de voorkeur, de capaciteiten van de individuele mensen.

Het is denk ik met de grote religies net als met verschillende soorten kleding en verschillende soorten voedsel: het is goed dat er zoveel soorten zijn, want daarom is er voor elk wat wils. Er zijn mensen die gek zijn op pasta, andere mensen eten hardnekkig aardappels, weer andere mensen zijn echte rijstepikkers. De verschillen in voedsel en de mogelijkheden die verschillende soorten voedsel bieden, sluiten vaak goed aan bij de voorkeur, de gezondheid en de fysieke constitutie van de individuele mens. Alle mensen hebben met elkaar gemeen dat ze moeten eten om in leven te blijven, om te kunnen functioneren als mensen. Maar het is natuurlijk onzinnig om te verkondigen dat alle mensen hetzelfde voedsel zouden moeten eten dat men zelf graag eet. En evenzeer is het onzinnig om te verkondigen dat alle mensen dezelfde religie zouden moeten volgen die men zelf volgt.
Het boeddhisme heeft zich vanaf de tijd van de historische Boeddha zo'n kleine 2600 jaar geleden dan ook altijd zeer tolerant opgesteld naar andere religies en stromingen. We zien dat er binnen het boeddhisme twee grote stromingen bestaan die bekend zijn onder de naam Hinayana en Mahayana, het individuele voertuig en het universele voertuig. Die verschillende voertuigen zijn gebaseerd op de leringen die de Boeddha bij verschillende gelegenheden gaf voor verschillende soorten mensen met een uiteenlopende voorkeur en een verschillende capaciteit.

Tolerantie

Ik denk dat de tolerante houding van het boeddhisme heel belangrijk is

wanneer we de essentie uit ons waardevolle mensenleven willen halen, of we nu boeddhist zijn, moslim, hindoe of christen. Ik denk dat het voor ieder mens belangrijk is om zich tolerant op te stellen naar zijn soortgenoten en te accepteren dat andere mensen anders aangelegd kunnen zijn en een andere voorkeur en capaciteit kunnen hebben. Men moet zich daar niet al te veel over opwinden en zeker moet men de eigen voorkeur niet aan anderen op dringen, maar tolerant zijn. Ik denk dat dit een belangrijk basisprincipe is voor een menswaardig bestaan. Die waardering voor een menswaardig bestaan - gebaseerd op tolerantie van andersdenkenden, andersvoelenden, mensen met een andere voorkeur en capaciteit - is samen met geweldloosheid één van de grondbeginselen van het boeddhisme. Ik denk dat het ieder mens, los van overtuiging en los van religie en dergelijke, belangrijk is om zich tolerant op te stellen naar soortgenoten, temeer nu deze planeet zo ontzettend overbevolkt raakt.
Binnen deze basiscontext van tolerantie naar andersdenkende soortgenoten zal ik iets vertellen over de boeddhistische visie op het waardevol maken van het mensenleven.

Binnen het boeddhisme bestaan twee grote stromingen, het individuele overtuig en het universele voertuig, gebaseerd op de leringen die de Boeddha bij verschillende gelegenheden gaf voor verschillende soorten mensen met een uiteenlopende voorkeur en een verschillende capaciteit.

Karma

We krijgen bij de invulling van ons mensenleven vrijwel onmiddellijk te maken met het begrip karma (activiteiten en de gevolgen daarvan). Ik zal het onderwerp karma alleen in algemene zin kunnen toelichten, omdat de subtiele en specifieke details van de wet van oorzaak en gevolg alleen zichtbaar zijn voor een alwetende boeddha en dat ben ik nog lang niet. Naast tolerantie voor andersdenkende en andersvoelende soortgenoten is een ander basisprincipe van het boeddhisme de stelling dat alle samengestelde verschijnselen, alle producten, afhankelijk zijn van oorzaken en omstandigheden. In de relatieve realiteit van verschijnselen is er niets dat bestaat, dat niet van iets anders afhankelijk is voor zijn bestaan. Illustraties voor de wet van karma of oorzaken en gevolg zien we ook in de natuur. We weten allemaal dat bepaalde zaadjes onder nauwkeurig omschreven omstandigheden bepaalde planten of vruchten voortbrengen. We weten ook dat die planten of vruchten niet zullen verschijnen zolang het zaadje ontbreekt. Dat is een heel belangrijk basisgegeven. Oorzaak en gevolg, aan één kant heel eenvoudig, aan de andere kant heel vergaand.
In het karma, de wet van oorzaak en gevolg, zien we overeenkomsten tussen oorzaak en gevolg. Zo zullen bijvoorbeeld de zaadjes van rode bloemen opnieuw rode bloemen produceren en uit hyacintenbollen groeien nooit tulpen. In de land- en tuinbouw wordt al jarenlang onderzoek gedaan naar het manipuleren met de omstandigheden, maar ook naar het manipuleren met zaden. Via verandering van de oorzaak wil men een net iets zoetere of grotere vrucht kweken. We kennen tegenwoordig de genetische manipulatie, waarbij heel gedetailleerd in de cellen wordt gezocht naar het veranderen van de oorzaak in de hoop het gevolg te kunnen veranderen. In de wereld van de materie, de stoffelijke wereld, is die wet van oorzaak en gevolg het duidelijkst zichtbaar. We kennen ook allemaal het verschijnsel dat kinderen op hun ouders lijken en ook dat ouders met bepaalde knappe gezichtstrekken het geluk hebben dat diezelfde gezichtstrekken in de kinderen worden teruggezien.

Volgens het boeddhisme hebben alle verschillende aspecten van het menselichaam, zoals het gelaat, de gezichtsuitdrukking, de grootte van het lichaam, de zwaarte van de botten, de stem, enzovoorts, een specifieke karmische oorzaak. Daarom kan het bijvoorbeeld gebeuren dat iemand heel knap is om te zien maar een vreselijke stem heeft. We zien mensen met een heel gezond, mooi en aantrekkelijk lichaam en een mooie stem. Ze kunnen prachtig vertellen of zingen, maar niemand luistert naar hen. Ze hebben zelfs een afstotende werking op hun omgeving, waardoor - hoezeer ze ook hun best doen - niemand hen serieus. Ze worden niet geloofd.
Sommige mensen hebben een uitstraling waardoor de anderen het liefst bij die mensen uit de buurt blijven. Sommigen hebben een magnetische uitstraling op anderen en trekken heel gemakkelijk mensen naar zich toe. Ze hebben ook altijd hulp als ze één of andere klus moeten doen. Ze hebben heel veel kennissen en vrienden en dergelijke. Ook alle andere condities die we als mens ervaren, zoals de levenssituatie, de welvaart, de gezondheidszorg, noem het allemaal maar

De waardering voor een menswaardig bestaan is gebaseerd op de tolerantie voor andersdenkende en andersvoelende mensen en is samen met geweldloosheid één van de grondbeginselen van het boeddhisme.

op, zijn heel specifiek het gevolg van specifieke oorzaken. We zien dan ook dat in sommige landen geen welvaart is, nauwelijks gezondheidszorg of helemaal geen sociale voorzieningen etc.

Karma en de Derde Wereld

Veel voorbeelden van individuele verschillen tussen mensen kunnen we duidelijk waarnemen. Die verschillen tussen mensen zijn volgens het boeddhisme noch toevallig, noch gecreëerd door een of ander opperwezen of schepper god, maar zijn het gevolg van oorzaken die individuele mensen zelf hebben verzameld als gevolg waarvan ze dan geconfronteerd worden met de ervaring van specifieke situaties die het gevolg zijn van de oorzaken die zij zelf hadden gecreëerd. Daaruit worden de verschillen verklaard, die we bijvoorbeeld ervaren in sommige gebieden in Afrika of andere Derde Wereldlanden en de situatie zoals de meeste mensen die ervaren in Nederland. Hoewel veel mensen in sommige gebieden van Derde Wereldlanden heel veel problemen hebben, zijn er ook altijd uitzonderingen. Er zijn mensen die het daar goed hebben, die daar gelukkig zijn. En hoewel de meeste mensen het in Nederland vreselijk goed hebben, zijn er zelfs in Nederland mensen die ongelukkig zijn. Zo zien we dat binnen de objectieve of meest geldende situatie er een groot verschil kan zijn in de subjectieve beleving van die 'objectieve' realiteit.

Volgens het boeddhisme worden al die verschillen in het lichaam, de stem, de aantrekking, de uitstraling op de omgeving, de welvaart, de sociale voorzieningen, verklaard uit het karma en de positieve energie die iemand in de loop van zijn of haar levens heeft verzameld. Alle voelende wezens hebben in de loop van een groot aantal levens allerlei activiteiten verricht, waarvan indrukken zijn opgeslagen in hun eigen bewustzijnsstroom. Ook als ze zich die indrukken niet kunnen herinneren, zitten die indrukken daar als een latent en potentieel krachtige lading, die onder bepaalde omstandigheden een bepaalde ervaring kan produceren. In de geest van elk wezen zitten positieve en negatieve indrukken. De positieve zullen onder bepaalde omstandigheden een gelukservaring veroorzaken, terwijl de negatieve onder bepaalde omstandigheden een probleem, lijden zullen veroorzaken.

In Nederland hebben we het eigenlijk ontzettend goed. Soms beseffen we het even niet, maar als we de moeite nemen om buiten de landsgrenzen te kijken, dan beseffen we weer hoe ontzettend goed we het hier met z'n allen hebben. Het boeddhisme zegt dat het goede dat wij hier als Nederlander mogen ervaren, niet toevallig is. Het is niet per ongeluk tot stand gekomen, maar is het gevolg van goede daden die we in het verleden zelf hebben verricht. Het is een gevolg van een positieve karmische lading die in onze geest aanwezig is, waardoor onder de huidige omstandigheden ons goede karma tot rijping kan komen in de gelukservaringen die wij hier als Nederlander regelmatig hebben. Als wij in de toekomst weer zo goed willen leven als nu, als wij zelfs in volgende levens weer zo'n fantastisch leven in een luilekkerland als Nederland willen ervaren, dan moeten we niet verzuimen daar de nodige oorzaken voor te creëren, ofte wel dan moeten we ervoor zorgen dat er genoeg positieve lading verzameld wordt in onze geest.

Een ander basisprincipe van het boeddhisme is de stelling dat alle samengestelde verschijnselen, alle producten, afhankelijk zijn van oorzaken en omstandigheden.

Ethiek

De voornaamste oorzaak voor een mensenleven met welvaart, gezondheid, vrijheid van meningsuiting, vrijheid ook om te doen wat je wilt, is het volgen van een bepaalde ethiek of morele zelfdiscipline. De positieve lading die nodig is voor een gelukkig mensenleven ontstaat door rekening te houden met andere mensen en door zoveel mogelijk de schadelijke activiteiten, die in het boeddhisme bekend zijn als de tien schadelijke activiteiten, te voorkomen. Dat zijn: doden, stelen, seksueel wangedrag, liegen, tweedracht zaaien, kwetsende taal uiten, zinloos kletsen, hebzucht, kwaadwil en vasthouden aan verkeerde zienswijzen. Het is beter verdraagzaam te zijn en rekening te houden met elkaar. Dat creëert de positieve karmische lading voor een geprolongeerd fortuinlijk mensenleven. De kwaliteit van het mensenleven verschilt heel sterk van plaats tot plaats en van persoon tot persoon. Dat kwaliteitsverschil wordt veroorzaakt door een verschil in de ethische oorzaken die nodig zijn voor menselijke gelukservaringen. Wat wordt bedoeld met ethiek of morele zelfdiscipline als voornaamste oorzaak voor een goed menselijk bestaan? De eerste van de tien schadelijke activiteiten die de Boeddha noemt is het afbreken van leven. Het afbreken van leven van welk wezen dan ook (mensen, dieren of insecten) wordt als schadelijk gezien om de eenvoudige reden dat elk wezen enorm gehecht is aan zijn eigen leven en graag in leven blijft. Ieder wezen hecht aan zijn leven. Als je zegt: "je geld of je leven", kiezen de meeste mensen voor hun leven. Ook als je veel goud bezit, dan nog is het leven waardevoller. En dat geldt niet alleen voor mensen, maar dat geldt - zo zegt de Boeddha - ook voor de dieren. Dat geldt zelfs voor het kleinste insect. Het afbreken van leven wordt als een schadelijke activiteit gezien omdat het vervelende consequenties

Geshe Sonam Gyaltsen tijdens een ceremonie in Emst.

heeft, niet alleen voor het slachtoffer, maar vooral voor de dader. Een vrij moderne instructie die de Boeddha zo'n 2600 jaar gelden al gaf is: denk jezelf steeds in de situatie van de ander in. Stel je eens voor in de rol van de ander. Dan kun je begrijpen wat je iemand anders aandoet.

Het afbreken van het leven van een ander wezen creëert een negatieve lading in de geest van de dader die in de toekomst tot allerlei problemen kan leiden. Dat geldt ook voor het nemen wat niet is gegeven, wat wij gevoeglijk in Nederland kennen als stelen. Het stelen is een schadelijke activiteit, vooral omdat het oneerlijk is. Stel dat iemand in de loop van een aantal jaren in een baan van 8 tot 5 een flink kapitaaltje heeft opgebouwd. Er komt iemand binnen, breekt de kluis open en steelt al dat geld binnen 5 minuten. Dat is natuurlijk vreselijk onrechtvaardig, temeer omdat de rechtmatige eigenaar er zo ontzettend voor heeft moeten zwoegen om dat kapitaaltje bij elkaar te krijgen.

De Boeddha leert ons dat het afbreken van leven vervelende gevolgen heeft voor het slachtoffer - dat is bekend - maar ook voor de dader. De dader creëert daar een negatieve lading mee in zijn geest, waardoor hij in de toekomst moeite zal hebben om zelf in leven te blijven. Hij is bijvoorbeeld vaak ziek of kwakkelt in een volgend leven met zijn gezondheid. Misschien komt hij op een gewelddadige manier aan zijn einde. Het stelen heeft karmisch gezien als gevolg dat de dader in dit of in een volgend leven armoede zal lijden. Hij zal bijvoorbeeld herboren worden in een of ander gebied waar grote armoede heerst, waar allerlei tekorten zijn. Zelfs als hij in een rijk gebied geboren wordt, zal hij daar regelmatig worden bestolen.

Boodschap

Deze twee van de tien schadelijke activiteiten - het afbreken van leven en het stelen - geven in feite de boodschap van het boeddhisme aan. De Boeddha zegt: Niemand wil ongezond zijn en niemand wil armoede lijden. Als je niet ongezond wilt zijn en geen armoede wilt lijden, dan moet je niet doden en niet stelen, want doden en stelen zijn een oorzaak voor ongezondheid en het lijden van armoede. De basisethiek - niet te doden en niet te stelen - is voor jezelf verrijkend, want daardoor zul je voorkomen dat je een kwakkelende gezondheid hebt en daardoor zul je voorkomen in armoede te moeten leven.
Er zijn nog veel meer kwalijke gevolgen van schadelijke activiteiten als het afbreken van leven en het stelen, met name de neiging om het weer te doen. Soms zie je dat kleine kinderen al de neiging hebben beestjes dood te willen maken. Dat hebben ze niet van hun ouders geleerd, dat hebben ze niet van hun vriendjes geleerd, dat komt van binnenuit. Volgens het boeddhisme komt dat uit neigingen die zijn opgebouwd in vorig levens. Je ziet maar al te vaak gebeuren dat hele vredelievende ouders, die nog geen vlieg kwaad zouden doen, een kind

hebben dat ook heel erg vriendelijk is. Dat kind probeert altijd om diertjes die in gevaar verkeren te redden, neemt zwerfkatjes mee naar huis, probeert kikkertjes die beschadigd zijn te genezen etc. Een ander kind schept er vreugde in de pootjes uit diertjes te trekken of op een andere manier beestjes dood te martelen. Deze kinderen hebben dat niet van de ouders, van broertjes of op school geleerd. Het komt van binnenuit. Volgens het boeddhisme zijn kleine kinderen dan ook geenszins onbeschreven blaadjes, maar worden ze geboren met een enorme lading aan goed en slecht karma in hun eigen geest en met een heel pakket aan neigingen die onder bepaalde omstandigheden al heel snel tot ontwikkeling komen. Dat kunnen mooie neigingen zijn zoals muzikale gaven, kunstzinnige gaven, prachtig kunnen tekenen en dergelijke, maar dat kunnen ook kwalijke neigingen zijn zoals per sé willen stelen of altijd het criminele circuit op willen zoeken, hoezeer ze ook worden begeleid om dat niet te doen. Al deze verschillen in aanleg en neigingen worden door het boeddhisme verklaard door karma, ladingen die door activiteiten in het verleden in iemand zijn geest zijn ontstaan en die van het ene leven meegaan naar het volgende leven.

Het afbreken van leven werkt dus verkortend op het eigen leven, werkt ziekte in de hand; stelen werkt armoede in de hand. Omgekeerd werkt het net zo. Als we anderen helpen om in leven te blijven, als we zorgen dat mensen die daar behoefte aan hebben de juiste medicijnen krijgen, als we projecten steunen zoals Artsen zonder Grenzen of het Rode Kruis, dan creëren we daarmee positief karma. Er ontstaat een positieve lading in onze eigen geest als gevolg waarvan we in de toekomst gezondheid zullen ervaren. Hetzelfde geldt voor vrijgevigheid. Wanneer we onze materiële welvaart delen met mensen die het minder hebben, wanneer we de armoede in andere gebieden van de wereld proberen op te heffen, wanneer we steun bieden aan mensen die in nood verkeren, zoals bij rampen en dergelijke, dan creëren we met die vrijgevigheid een positieve lading in onze eigen geest, goed karma, om in de toekomst weer rijk te zijn en welvarend in een situatie zoals we die nu allemaal in Nederland ervaren.

De positieve lading die nodig is voor een gelukkig mensenleven ontstaat door rekening te houden met mensen en door zoveel mogelijk de schadelijke activiteiten, die in het boeddhisme bekend zijn als de tien schadelijke activiteiten, te voorkomen.

Nederland

Voor mijzelf als Tibetaans boeddhist is het heel interessant om te zien dat er in Nederland zo'n hoog welvaartsniveau heerst, maar dat er ook tegelijkertijd in Nederland aan zoveel projecten wordt gewerkt, die in het kader van vrijgevigheid het welzijn van andere wezens beogen. Die vrijgevigheid is in Nederland gestructureerd via allerlei organisaties. Zo is het is ook gemakkelijk om daaraan mee te doen. Er zijn vaak inzamelingsacties voor allerlei goede doelen, al dan niet op televisie, al dan niet ondersteund door de media, en er wordt massaal aan meegedaan. Dat vind ik heel verheugend, vooral omdat de mensen hier in Nederland natuurlijk helemaal niet die adviezen van de Boeddha kennen, zoals die staan opgetekend in Het Juwelen Kralensnoer van Nagarjuna. Daar worden verschillende adviezen gegeven aan een koning en diens onderdanen om toch vooral vrijgevig te zijn. Ook staat daarin hoe men dat het beste kan aanpakken. In Nederland weet men dat kennelijk al lang en gebeurt dat ook allemaal allang. Het is voor mij heel verheugend om te zien hoe hier de daad bij het woord wordt gevoegd.

We zien dat binnen de objectieve of meest geldende situatie, er een groot verschil kan zijn in de subjectieve beleving van de 'objectieve' realiteit.

Wat kan het boeddhisme dan eigenlijk nog betekenen voor Nederlanders die het allemaal al zo goed doen? Ik denk dat het boeddhisme in Nederland een versterking van de motivatie kan bieden. Het gaat om het positieve denken, dat we aan onze alledaagse activiteiten toe kunnen voegen. Deze twee zaken kunnen ervoor zorgen dat we zelfs met onze alledaagse bezigheden en zeker ook met het werk dat we in de maatschappij doen, niet alleen veel geld verdienen, maar ook veel goed karma creëren. Natuurlijk is het niet mogelijk om in de loop van de dag bij al onze activiteiten steeds weer een bewuste motivatie op te wekken, daar zijn we meestal veel te druk voor bezig. Maar wat we wel kunnen doen is 's ochtends, voordat we op pad gaan, even de gedachten goed richten. We kunnen ons bewust motiveren met wat we van die dag hopen te maken. Dat noemen we in het boeddhisme een oorzakelijke motivatie. Ook als we die in de loop van de dag in onze activiteiten niet meer zo bewust zijn, dan werkt die toch door en dan heeft die toch gevolgen, want elke bewuste daad heeft een gevolg. Dat geldt ook voor onze oorzakelijke motivatie. Wanneer we voordat we naar ons werk gaan onze motivatie goed stellen, werkt die de hele dag door. Dat is denk ik een wezenlijk punt dat het boeddhisme kan toevoegen aan de

situatie in Nederland. Dit kan een verrijking betekenen van onze situatie.

Positief denken

Goede woorden en daden volgen op het positieve denken en slechte woorden en daden volgen op het negatieve denken. Alles begint in het denken. Mensen die positief denken zijn goede mensen en mensen die negatief denken zijn slechte mensen. Het verschil tussen goed en slecht zit 'm niet zozeer in het lichaam, maar in het denken. Mensen die heel negatief, heel slecht denken, heel egoïstisch denken, altijd zichzelf op de eerste plaats laten komen, een geest hebben zo zwart als steenkool, zijn volgens het boeddhisme slechte mensen. Goede mensen zijn mensen die positief denken, die proberen om, gegeven de omstandigheden, er het beste van te maken voor zichzelf en hun omgeving.

Positief denken is heel belangrijk om ons waardevolle mensenleven goed in te vullen, want het positieve spreken en het positieve handelen volgen op positief denken en niet omgekeerd. Het niet afbreken van leven en vrijgevig zijn, zijn allebei belangrijk, want je kunt je voorstellen dat je wel vrijgevig bent, maar het niet zo nauw neemt met het leven van andere wezens. Dan zou je met die vrijgevigheid oorzaken creëren voor rijkdom in een lager leven. Je zou zoiets kunnen worden als een rijke hond of een rijke kat, die drie verschillende menu's per week krijgt voorgezet en de hele dag voor de kachel ligt te spinnen.

Evolutietheorie

Ik ben op de hoogte van de evolutietheorie zoals die sinds de tijd van Darwin massaal wordt aangehangen, ook in Nederland. Ik ben op de hoogte van het idee dat één-cellige organismen zich ontwikkelen tot complexe wezens, die op een gegeven moment uit het water kruipen, eerst op vier en vervolgens op twee benen gaan lopen. Het zou natuurlijk mooi zijn als de evolutie van de soort de enig mogelijke evolutie was en dat onze evolutie zich spontaan, zonder dat we daar veel voor hoeven te doen, zou ontwikkelen. Het boeddhisme onderschrijft die visie niet. Het gaat wel akkoord met de theorie over de evolutie van de soort, maar zegt dat het individu zelf verantwoordelijk is voor zijn of haar geestelijke evolutie. Als die geestelijke evolutie niet aansluit bij de lichamelijke evolutie, maar een terugval doormaakt, dan zal ook het lichaam een terugval doormaken. Want bij een dierlijke geest hoort een dierlijk lichaam.

Denk jezelf steeds in de situatie van een ander in, stel je voor hoe je het zelf zou vinden als je je in de rol van de ander zou bevinden. Dan kun je begrijpen wat je iemand anders aandoet.

Ik lach een beetje om de theorie dat apen mensen worden en dat mensen op een gegeven moment vanzelf in ijlere vormen naar de hemel zweven. Was het maar zo eenvoudig. Ik zie aanleidingen voor die evolutietheorie, zelfs binnen een mensenleven, want ik heb zelf gezien dat mensenbaby's tot een jaar als een hulpeloos wormpje op hun rug of buikje liggen en pas daarna op handen en voeten beginnen te kruipen. Nog veel later verheffen ze zich tot een wezentje dat rechtop loopt. Op een gegeven moment is het lichaam een jaar of twintig oud en maakt een soort piek-periode door van een jaar of twintig, waarna het geleidelijk aan weer krom begint te worden tot het op een gegeven moment weer helemaal op de grond hangt. Het boeddhisme onderschrijft de theorie van een automatische, organische, biologische evolutie niet, maar zegt: we moeten ervoor zorgen dat onze geest mee evolueert. Voor onze geestelijke evolutie zijn wij zelf verantwoordelijk en daarmee in feite ook voor onze lichamelijke evolutie, want de geest zoekt een lichaam dat bij de geest past en niet andersom. Het is ook niet zo dat mensen altijd weer mensen zullen worden, maar dat is wel de visie die vreemd genoeg door sommige communistische leiders in Rood China werd verkondigd. Terwijl men aan de ene kant alle religie en de theorie van reïncarnatie als "opium voor het volk" van de hand deed, verkondigde men anderzijds dat soldaten die in de Culturele Revolutie zouden sneuvelen, in de hoofdstad Peking als mens herboren zouden worden. Dat was kennelijk voor veel jonge soldaten, die grotendeels van het platteland kwamen, een krachtige motivatie om behoorlijk fanatiek te vechten.

Wedergeboorte

Volgens het boeddhisme gaan mensen als ze sterven als een ijle bewustzijnsstroom door naar een volgend leven, dat afhankelijk is van de lading die op het moment van de overgang naar het volgende leven in het bewustzijn actief is. Het is dus heel goed mogelijk om weer een mens te worden, maar dat is niet gegarandeerd. Men kan ook in de hemel belanden en men kan ook een dier worden. Zo is het ook helemaal niet zeker dat mensen die in Nederland sterven ook weer in Nederland geboren zullen worden. De kans is zelfs heel groot dat ze ergens anders geboren zullen worden. Mensen die in dit leven man zijn, kunnen in een volgend leven heel gemakkelijk vrouw worden en omgekeerd. En mensen die in Nederland geleefd hebben worden misschien een volgende keer in Amerika of zelfs in Tibet geboren, terwijl de kans niet wordt uitgesloten dat er Tibetanen in Nederland belanden.
Er wordt tegenwoordig veel onderzoek gedaan naar de onbewuste indrukken die in de geest liggen opge-

slagen. Zo zag ik nog niet zolang geleden op televisie het verslag van een onderzoek van een persoon die zich onder hypnose opeens Indonesisch wist te herinneren en in die taal kon antwoorden, terwijl hij die taal in zijn gewone dagelijkse bewustzijn helemaal niet beheerste.
Om ons leven goed in te vullen en ervoor te zorgen dat dit waardevolle mensenleven een vervolg zal hebben dat ook weer zeer de moeite waard is, dienen we zowel morele zelfdiscipline te beoefenen alsook vrijgevigheid. Ontbreekt de ethiek, maar is er wel vrijgevigheid, dan kunnen we gemakkelijk als een hond of een kat in Nederland belanden. De huisdieren hebben het hier goed, maar het is een onfortuinlijke wedergeboorte omdat een huisdier zelfs onder de meest ideale levensomstandigheden heel weinig kan doen voor zijn individuele evolutie.

Boosheid

Iemand die boos is zal niet alleen op dat moment negatief denken, maar ook gemakkelijk kwetsende dingen zeggen, soms agressief optreden, slaan en schoppen en dergelijke. Maar zelfs één of andere filmster met een prachtig uiterlijk is niet mooi meer als hij of zij boos is. Daarom zeggen we dat mensen die boos zijn een demonisch uiterlijk krijgen. Als iemand er een gewoonte van maakt om vaak boos te zijn, zal hij of zij ervaren dat hij in een isolement terechtkomt, want niemand wil graag te maken hebben met iemand die boos is. Daar lopen we toch uiteindelijk liever met een boogje omheen.

Volgens het boeddhisme is regelmatig nadenken over de nadelen van woede de beste manier om er vanaf te komen.

Volgens het boeddhisme is regelmatig nadenken over de nadelen van woede de beste manier om er van af te komen. Als je zelf doordrongen bent van de nadelen van boos worden, ontstaat er een soort innerlijke walging, een soort tegenkracht tegen boos worden, waardoor je in het vervolg niet zo snel en niet zo gemakkelijk meer boos zult worden. Je kunt boosheid nog wel voorwenden als het handig is in een bepaalde situatie, maar je hoeft niet meer boos te worden.
Er heerst een opvatting, ook in sommige kringen in Nederland, dat je boosheid moet ventileren, dat het eruit moet, omdat het anders blijft zitten en allerlei onheil aanricht. Ik ben het daar vanuit de boeddhistische optiek niet mee eens, want boosheid is niet een soort materiële substantie die je eruit kunt gooien, maar een gewenning, een functie van boos worden. Het is niet iets hebben maar iets doen. En dat iets doen, dat boos worden, dat wordt steeds gemakkelijker naarmate we het vaker doen, zoals alles wat we vaker doen gemakkelijker wordt. Als we ergens in onze geest of in ons lichaam een portie boosheid zouden kunnen ontdekken dat - als we het eruit gooien - helemaal weg zou zijn, dan zou ik achter deze theorie staan. Maar boosheid eruit gooien wil in feite gewoon zeggen boos worden. En iedere keer wanneer we boos worden ontstaat er weer meer gewenning aan boos worden en zullen we sneller boos worden, heftiger boos worden.
In feite is de boeddhistische visie precies andersom. Het boeddhisme zegt niet iedere keer als je boosheid ventileert ben je wat boosheid kwijt. Want iedere keer dat je boosheid ventileert word je boos en ontstaat er een nieuwe gewenning aan nog weer een keer boos worden en daarvan blijft ook weer een negatieve karmische lading over in de geest. In plaats van dat we iets kwijt raken, verzamelen we iets. Daarom is het ventileren van woede geen oplossing. Nadenken, analytisch mediteren op de nadelen van boos worden is echter zeer effectief.

Elke bewuste daad heeft een gevolg. Wanneer we voordat we naar ons werk gaan onze motivatie goed stellen, werkt die de hele dag door.

Het is overigens heel interessant om na te gaan wat er precies gebeurt als we boos worden. Wanneer we boos worden houden we een bepaalde ergernis, een bepaalde irritante situatie vast. In plaats van de boosheid los te laten en te denken - het is nu voorbij - houden we de boosheid vast en denken we hoe erg het wel allemaal niet is wat ons is overkomen. Naarmate we meer aan die gedachte vasthouden, zullen we ons meer opwinden en zo ontstaat een negatieve energie in onze geest.
Onderzoek eens wat er gebeurt als we boos worden. Stel je ook eens voor wat er gebeurt als we boosheid wel ventileren. Stel dat we ons eens flink uitleven op onze huisgenoten of onze partner, en kijk wat er gebeurt. Ik denk niet dat onze huisgenoten of onze partner er erg blij mee zullen zijn dat we besloten hebben onze boosheid eens flink te ventileren. Wanneer iemand boos op ons is en wij met woede reageren, dan is dat olie op het vuur gooien. Het vuur wordt niet geblust door nog meer boosheid.

Boosheid is precies het tegenovergestelde van verdraagzaamheid. In het boeddhisme is heel veel te doen over geweldloosheid en verdraagzaamheid. Verdraagzaamheid is het elkaar tolereren ondanks dat men anders is en een andere voorkeur heeft. Maar boosheid tolereert niet dat iemand anders denkt, anders wil of anders doet. We zien dan ook waar boosheid toe leidt, want er zijn veel te veel brandhaarden op deze planeet.

Wereldvrede

Het is belangrijk te beseffen dat die brandhaarden op deze planeet branden door woede. Brandhaarden ontstaan niet door verdraagzaamheid, maar door een gebrek aan verdraagzaamheid. Onze bijdrage aan de wereldvrede kan zijn dat we onderzoeken wat boosheid met ons doet, er een soort walging voor op te bouwen en vervolgens te trainen in verdraagzaamheid. Dat kunnen wij, want wij zijn geboren als mensen en niet als dieren. Als mensen hebben we niet olifant. Dan is het mensenlichaam toch maar heel klein, zwak en nietig. Het mensenlichaam heeft geen gevaarlijke tanden, waarmee we rood vlees uit elkaar kunnen scheuren. Het mensenlichaam heeft geen grote klauwen waarmee we de vijanden kunnen openrijten. Het mensenlichaam is eigenlijk bedoeld voor een vreedzaam bestaan, voor een vreedzame coëxistentie. De menselijke geest kan dat ook en kan dat in ieder geval leren en ik denk dat we ons dat moeten beseffen. We zijn niet als een dier geboren, maar als mens met een alleen bewustzijn maar heeft onze geest een bepaalde capaciteit. In het Sanskriet heet dat 'manusha', afgeleid van het woord 'manas'. Manas wil zeggen een hoge graad van intelligentie, een bijzondere intelligente capaciteit. De intelligente capaciteit van mensen kan goed en verkeerd worden gebruikt. Dat zien we overal in de wereld gebeuren. De menselijke intelligentie heeft veel comfort en veel gemak gebracht, maar de menselijke intelligentie leidt ook tot grote gevaren.

Uiteindelijk is de dreigende atoomoorlog tijdelijk in de koelkast gezet en is de wapenwedloop tussen Oost en West bevroren, maar die gevaarlijke wapens zijn er nog steeds en kunnen nog steeds in handen van één of andere schavuit enorme schade aanrichten.

De intelligentie van mensen moeten we proberen goed te richten, te beginnen met onze eigen intelligentie.

Volgens het boeddhisme zijn we allemaal individueel verantwoordelijk.

De menselijke capaciteit zit niet in ons lichaam. Het menselijk lichaam is helemaal niet zo indrukwekkend. Kijk bijvoorbeeld eens naar het indrukwekkende lichaam van de tijger, kijk naar het indrukwekkende lichaam van een

Het verbeteren van de wereld begint bij onszelf. Het boeddhisme scheept de verantwoordelijkheid niet af op een soort opperwezen, die maar moet zien dat het allemaal weer goed komt, maar zegt: wij mensen zijn elk individueel verantwoordelijk. Het is met de wereld precies wat wij er van maken.

bedoeling. De bedoeling is dat wij onze eigen individuele evolutie leren sturen. Met die evolutie van de soort zal het wel lukken, maar met de evolutie van het individu moet het ook nog goed gaan en dat doen we door positief te denken. Met dat positieve denken kunnen we proberen om de wereld in stand te houden in plaats van die te vernietigen en kunnen we proberen om de wereld te verbeteren, zodat het prettiger wordt voor onszelf en prettiger voor iedereen om ons heen.

Het positieve denken ligt ten grondslag aan het positieve spreken en het positieve handelen. Dat is de manier waarop wij kunnen bijdragen aan een betere wereld en kunnen voorkomen dat de wereld voortijdig op een ellendige manier aan zijn einde komt. Het verbeteren van de wereld begint bij onszelf. Het boeddhisme wijst op de individuele verantwoordelijkheid. Het boeddhisme scheept de verantwoordelijkheid niet af op een soort opperwezen, die maar moet zien dat het allemaal goed komt. Wij mensen zijn elk individueel verantwoordelijk. Het is met de wereld precies wat wij er van maken. De wereld is in onze eigen handen en we moeten proberen om er iets moois van te maken. Het gaat er daarbij niet om wat andere mensen doen en of zij wel goed bezig zijn met het optimale gebruik van hun intelligentie. Het gaat er niet om of anderen wel genoeg meewerken aan de wereldvrede. Het gaat erom wat wijzelf doen met onze eigen intelligentie, wat wijzelf doen om bij te dragen aan de wereldvrede.

Iedereen die probeert om dat naar eigen vermogen zo goed mogelijk in te vullen, levert een kleine bijdrage aan het grote geheel. Dat is de enige manier waarop wereldvrede tot stand kan komen. Dat kan alleen als er vrede is in het hart van elk individu. Wij kunnen de vrede in het hart van een ander individu niet veroorzaken, niet forceren. We kunnen dat een ander niet opleggen, niet geven. Wij kunnen alleen proberen om een goed voorbeeld te zijn. Zelf vrede in onze eigen geest op te wekken, positief te denken en ons voor te nemen met lichaam, spraak en geest een bijdrage te willen leveren aan een betere aarde.

Ik zeg zeker niet dat het gemakkelijk is om in een vijandige omgeving zelf een vreedzaam lichtpuntje te zijn. Het is moeilijk een optimistisch en positief lichtpuntje te blijven in een tegengestelde omgeving. Maar laten we vertrouwen in de goedheid van andere mensen die soms wat dieper verscholen zit. Als wij een goed voorbeeld geven, spreekt dat op een gegeven moment aan en kan de vrede als het ware uitdijen onder steeds meer mensen. Dat zal niet van vandaag op morgen gebeuren, maar het kan in ieder geval in de loop van de jaren een soort gewenning worden - en anders in de loop van levens, want we hebben in het boeddhisme een lange adem. Ik zal daarvoor bidden. Ik denk dat u allen daar hetzelfde over denkt en misschien ook hetzelfde wilt bidden.

Lezing door Geshe Sonam Gyaltsen
in december 2000 in Assen
Vertaling Hans van den Bogaert
Transcript Herman Damveld
Bewerking Amrit Rienks

Waardevol mensenleven

Denk iedere morgen als je opstaat:

Vandaag was ik zo fortuinlijk weer wakker te worden!

Ik leef! Ik heb een waardevol mensenleven!

Laat ik het niet verspillen!

Laat ik er goed gebruik van maken!

Ik zal al mijn energie steken

in het ontwikkelen van mezelf

Om mijn hart

te doen uitgaan naar anderen,

en de verlichting te bereiken

voor het welzijn van alle wezens.

Ik zal vriendelijke gedachten

uitzenden naar anderen.

Ik zal niet boos worden.

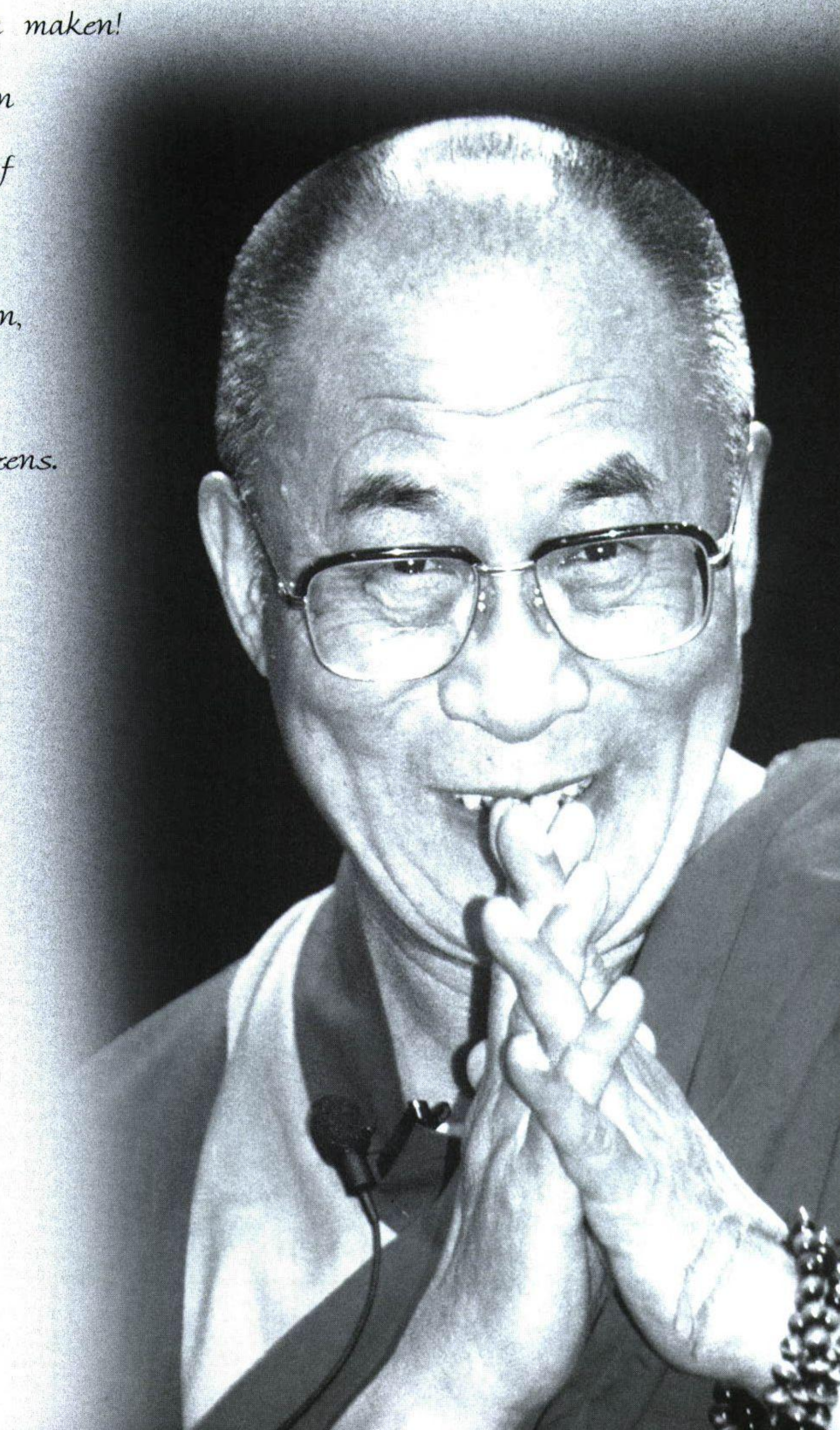
Ik zal niet negatief

over anderen denken.

Ik zal anderen helpen

Zoveel ik kan.

Door de 14de Dalai Lama Tenzin Gyatso

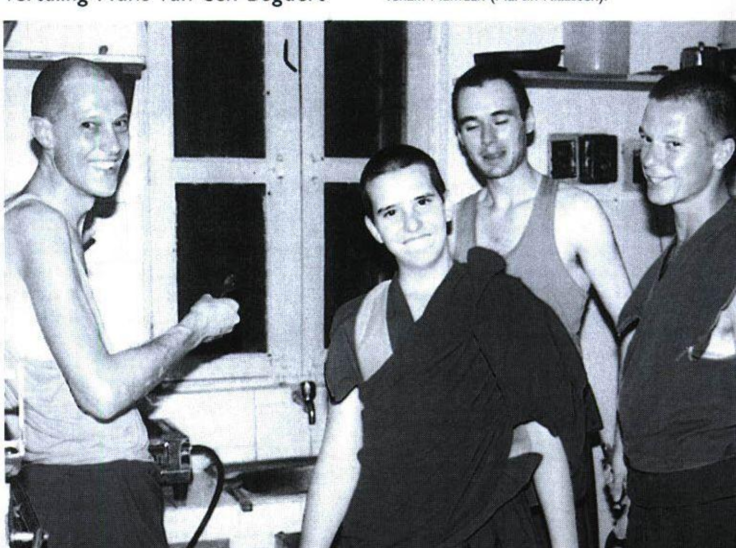


Tenzin Ösel Rinpochee bezoekt Italië

Donderdag 8 februari 2001 kwam Lama Tenzin Ösel Rinpochee, vergezeld door zijn leraar, assistent en vader in Italië aan, waar hij op het Malpensa Airport in Milaan door de voorzitter van het Lama Tsong Khapa Instituut, Laura Vassallo, welkom werd geheten. De eerste verassing van het bezoek was dat het Italiaanse vliegtuig waarin Lama vloog, 45 minuten te vroeg aankwam, wat zeer ongebruikelijk is. Dezelfde ochtend reisde Lama naar Padova, waar hij werd opgevangen door de studenten van het Tara Cittamani Center. Hij verbleef daar in een eerste klas hotel met een thermisch zwembad, waarvan hij zichtbaar genoot. De volgende dag bezocht hij de stad Venetië met een klein groepje studenten en in Padova bracht hij een kort bezoekje aan de nieuwe residentie van het Tara Cittamani Center, dat hij met zijn aanwezigheid zegende. Op zaterdag 10 februari ging hij op een tour in de stad met studenten van het Ewan Center en was getuige van de eerste voetbalwedstrijd tussen Fiorentina and Parma. Hij bracht ook nog een kort bezoekje aan het centum aldaar. Op zondagavond arriveerde Lama in Pomaia en de volgende dag vierden we zijn zestiende verjaardag met een feest dat door meer dan honderd mensen werd bezocht, waaronder lama's, sanghaleden, oude studenten van wijlen Lama Yeshe, studenten van het FPMT-Master Program en vele anderen. Met Lama als eregast aan het hoofd van de tafel, werd hem tot zijn verbazing een enorme verjaardagstaart van chocolade met 16 kaarsen aangeboden. Tijdens het diner raakte Lama Ösel iedereen met zijn eenvoud, nederigheid en zachtmoedigheid. Zijn vader was zeer tevreden over de gebeurtenis en vertelde dat Lama deze zeker voor de rest van zijn leven zou onthouden. De dag daarop reisde Lama Ösel met Vincenzo Tallarico naar Rome, waar hij enkele dagen verbleef. Hij reisde de stad rond en zag talrijke interessante dingen, maar vertelde dat hij het meeste had genoten van de Sint Pieter, die hij de mooiste kerk vond die hij tot nut toe had gezien. Op 17 februari gaf Lama voor de eerste maal in Europa een White Tara initiatie die door meer dan 200 mensen werd bijgewoond. De mensen kwamen van verschillende plaatsen in Italië en er waren zelfs mensen uit andere Europese landen. Lama was volkomen op zijn gemak en legde in helder Engels de verschillende onderdelen van de initiatie uit en de manier om de verschillende visualisaties te doen. Vervolgens las hij de corresponderende Tibetaanse tekst. Zijn ernst, maar ook zijn bescheiden glimlach, terwijl hij ons iedere keer weer vertelde: "Nu heb je onsterfelijkheid bereikt", raakte iedereen die aanwezig was in het hart en deden ons beseffen dat Lama Yeshe inderdaad was teruggekeerd om zijn Westerse volgelingen te helpen.
Op de 18de werd Lama een uitgebreide lang-leven-offerande aangeboden. Namens de Italiaanse FPMT-centra werden talrijke offergaven aangeboden. Verder waren er offergaven door individuele leerlingen en door de FPMT-International, die namens de vele leerlingen en centra van Lama Yeshe een aanzienlijke gift aanbood. Ongeveer 150 mensen, journalisten en vertegenwoordigers van de media en vele landelijke bladen en TV-zenders, woonden de offerande bij. Het geheel verliep glad en voorspoedig en tegen het einde zegende Lama alle aanwezigen geduldig en vriendelijk. Vele mensen die Lama Yeshe nooit hadden ontmoet, maar ofwel zijn boeken hadden gelezen of onderricht in zijn centra hadden ontvangen, kwamen deze jonge incarnatie van de bijzondere spirituele leraar ontmoeten, die zo veel heeft bijgedragen aan de verspreiding van het boeddhisme in Italië en de rest van de wereld.
Na de gebedsdienst hield Lama een persconferentie waarbij hij geduldig antwoord gaf op de talrijke vragen van de nieuwschierige journalisten. Hij vertelde hen dat hij van de film 'Matrix' had genoten omdat die een visie geeft die erg dicht bij het boeddhistische idee van leegte komt. Op de vraag of hij de dingen had gemist die voor tieners normaal zijn, zoals een brommer, een vriendin en dergelijke, antwoordde hij dat al deze dingen oppervlakkig zijn en dat zijn leven als een monnik en gereïncarneerde leraar voor hem zowel normaal was - omdat hij nooit iets anders had gekend - als betekenisvol - omdat hij blij is dat zijn leven een bijzonder doel dient. Dezelfde avond verscheen Lama op het journaal van verschellende TV-zenders, die allemaal een uitgesproken positieve boodschap uitzonden over hem en de leer van de Boeddha.
Later op de avond ontmoette hij de studenten van het FPMT-Masters Program en de staf. Voor velen van ons, waaronder zijn vader, was dit het hoogtepunt van het bezoek. Lama stelde en beantwoordde vragen gedurende meer dan een uur en gaf daarbij blijk van zowel wijsheid als inzicht in de menselijke natuur, die ver voorbij zijn leeftijd liggen. Naderhand vertelde zijn vader, Paco, ons dat hij moeite had zijn tranen in te houden toen hij voor het eerst levendig Lama Yeshe in zijn zoon had gezien.
De volgende dag namen we afscheid van Lama Ösel en waarna hij voor een bezoek naar Spanje vertrok. Lama schonk het instituut en het Masters Program een enorme donatie met de woorden: "Jullie hebben me veel geld gegeven, ik het heb het niet allemaal nodig." We hopen Lama snel opnieuw te mogen verwelkomen.

Door Thubten Tsognyi Massimo,
director Istituto Lama Tzong Khapa
Vertaling Hans van den Bogaert

Lama Tenzin Ösel Rinpochee in de keuken van zijn huis in het Sera Klooster in Zuid-India met o.a. de Nederlandse monnik Tenzin Namdak (Martin Klaassen).



Interview met voorzitter BUN

De heer Johan Niezing (1932) is sinds 1999 voorzitter van de BUN, de Boeddhistische Unie Nederland. Hij studeerde Sociale Wetenschappen aan de Rijksuniversiteit Groningen en promoveerde in Utrecht. Hij schreef onder andere het boek Sociale Verdediging als Logisch Alternatief (1). Vanaf 1971 was hij hoogleraar in de polemologie te Brussel, waar hij tevens directeur was van het Centrum voor Polemologie. In 1993 ging hij vervroegd met pensioen. Wij interviewden hem voor het Maitreya Magazine in zijn prachtige huis.

Hoe ben je bij de BUN terechtgekomen?

Er werd een voorzitter gevraagd bij de BUN en ik was al enige jaren met pensioen. Ik heb veel ervaring met het voorzitterschap en vond dat ik mezelf nuttig kon maken.

Was je al met boeddhisme bezig?

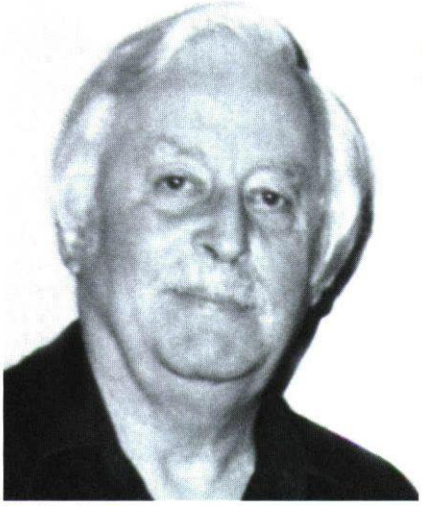
Ik was al vanaf mijn vijfentwintigste jaar met boeddhisme bezig. Sommige perioden intensief. Ik heb een drukke baan gehad en heb ook nogal wat meegemaakt. Dus soms was er meer ruimte voor, andere keren minder.

Wat voor baan had je?

De laatste vijfentwintig jaar ben ik hoogleraar geweest in de polemologie (internationale betrekkingen) aan de Universiteit van Brussel. Daarvoor was ik hoogleraar aan de Militaire Academie. Daarvoor had ik een organiserende baan op wetenschappelijk gebied in Amsterdam. Daarvoor was ik zeven jaar docent politieke wetenschap op Nijenrode – dat is een nogal elitaire instelling. Ik ben er benoemd toen ik vierentwintig was. Voor die tijd had ik al een hele geschiedenis achter de rug. Al met al heb ik dus nogal wat gedaan. Mijn vak, polemologie - bewapenings- en ontwapeningsproblematiek ofwel oorlogs- en vredesproblemen - is een heel intensieve baan. Dat is geen baan van acht uur per dag, je bent er constant mee bezig. Boeddhisme kost ook nogal wat tijd als je het goed doet. Die combinatie is nogal eens wisselend geweest in de loop der tijden.

Welke vorm van boeddhisme heb je beoefend en wat sprak je aan in het boeddhisme?

Ditmaal zal ik het in chronologische



Koosje van der Kolk

Dhr. Johan Niezing

volgorde vertellen. Ik heb de oorlog nog net bewust meegemaakt. Ik was acht jaar toen de Duitsers binnenvielen en dertien toen ze weer weggingen.

Dat is een ingrijpende leeftijd..

Ja. En ik heb het ook van dichtbij meegemaakt, mag ik wel zeggen. Dus ik heb allerlei dingen gezien die nogal indruk op me hebben gemaakt.

De oorlogsproblematiek heeft me al vanaf mijn kindertijd beziggehouden. Dat betekende onder andere dat, toen ik in 1952 werd opgeroepen voor militaire dienst, ik dienst weigerde. Niet op grond van een bijbelse uitspraak, niet omdat ik communist of Jehovagetuige was – de gangbare ingangen van toen – maar omdat ik zeer grote twijfels had over de noodzaak van een leger. Ik zag de redeneringen die men hanteerde voor een dienstplichtleger helemaal niet zitten. Ik heb daarover nagedacht als eerstejaarsstudent, een jongen van negentien jaar. Ik heb een brief geschreven aan het Ministerie van Defensie waarin ik mijn spijt betuigde dat ik geen noodzaak zag om te komen. Met een heel verhaal erbij waarom ik die noodzaak niet zag. Er gebeurde een periode niets. Toen werd ik plotseling opgehaald door de marechaussee en in de militaire gevangenis in Nieuwesluis neergezet. Daar heb ik een tijd gezeten. Ik had er alle tijd om mijn gedachtegangen nog wat verder uit te werken. Uiteindelijk hebben ze me wel in het leger neergezet, maar altijd op plekken waar ik geen kwaad kon aanrichten. Dat waren heel merkwaardige plekken. Allerlei commandanten stuurden me weer door naar een ander onderdeel, omdat ze die 'etter' kwijt wilden. Dus ik heb het leger goed leren kennen, twee jaar lang.

In die tijd werd het Humanistisch Verbond opgericht. Ze zochten iemand die zich met 'de strijd voor eigen geestelijke verzorging in het leger' kon bezighouden. Dat was ik dan. Ik had al geprotesteerd tegen het feit dat ik altijd naar de dominee of de aalmoezenier moest en als ik dat niet wilde, moest ik wc's schoonmaken. Er waren in die tijd demonstratieve bijeenkomsten van het Humanistisch Verbond. Daar werd gezegd: "En nu een stem uit het leger." En dan kwam ik het podium op als rekruut. Om te zeggen hoe schandalig het allemaal was. Dat is een heel gedoe geweest. Ik was de allereerste soldaat die geestelijk werd verzorgd door het Humanistische Verbond - in de Ark te Nunspeet. Dan ging ik houtsnijwerkjes maken en pianospelen. Ik heb dat drie keer gedaan.

Uiteindelijk kwam ik de dienst weer uit. Toen ben ik vrij snel afgestudeerd. Op mijn vierentwintigste werd ik docent op Nijenrode, in 1957.

Ik bleef bezig met oorlog en vrede en heb daar ook over geschreven. Laatst kwam ik een vergeten artikel uit 1959 van mijn hand over Tibet tegen, toen daar de inval van de Chinezen was. Ik had dus toen al belangstelling voor Tibet. In die tijd las ik een boek *Zes Wereldgodsdiensten*, van een journalist, Alectrino, waarin werd gezegd dat het boeddhisme de enige 'godsdienst' was die nog nooit een oorlog was begonnen. Dat vond ik in hoge mate

interessant. Dat zoiets mogelijk was, dat er een religie was die zich als het ware had geïmmuniseerd voor het oorlogsgevaar.
In die tijd was er in Nederland nog heel weinig te bekennen van boeddhistische verenigingen. Maar ik ontdekte een boeddhistische vriendenkring in het Gooi, die was opgericht door een mevrouw Spruitenburg-Dwars. Een naar mijn gevoel oud vrouwtje dat in een huisje woonde ergens in Huizen of Naarden en bijeenkomsten hield. Ze was in Ceylon en ik geloof ook in de Himalaya geweest. Haar huisje rook heel erg naar wierook. Er waren zo'n vijftien mensen die geregeld bij elkaar kwamen en over het boeddhisme spraken en probeerden te mediteren. Daar ging ik naar toe. Dat is voor mij het allereerste begin geweest.
Jacques den Boer heeft eens geschreven over de geschiedenis van het boeddhisme in Nederland en die begint ook bij haar. Dus dat is echt het begin geweest. De andere bewegingen in Nederland zijn daarna ontstaan. Op een gegeven moment hield dat op. Ik verhuisde. Ik ben nogal vaak verhuisd in mijn leven. Ik dacht: ik weet er nu wat van af, laat ik veel lezen en zelf studeren en mediteren. Ik werd een 'solitary practitioner', iemand die zelf bezig is en zelf zijn programma heeft.

Had je in die tijd het HV weer verlaten?
Het HV interesseerde me niet zo erg. Ik vond het wel belangrijk dat er 'buitenkerkelijken' waren. In België heet het 'vrijzinnigen'. Dat klinkt misschien wat prettiger. Maar ik was ook wel een beetje teleurgesteld. Ik vond het koud en ik vond dat de mensen toch wel veel met manipulatie bezig waren.
Wat was de doelstelling van het humanisme?
Aandacht vragen voor en de belangen dienen van buitenkerkelijken. De mens was de drager van eigen normen en waarden. Daarbij was de discussie wat die eigen normen en waarden dan zouden zijn. Daar ging het vaak over. In die tijd was het nog een emancipatiestrijd. Ze vochten om gelijkberechtiging. En die hebben ze ook gekregen, tot aan de universiteit toe! Alleen ik vond het te weinig. Maar ik ben wel vijfentwintig jaar lang hoogleraar geweest aan de Vrijzinnige Universiteit in Brussel, een vrijmetselaarsuniversiteit. Daar kwam ik weer precies hetzelfde tegen. Als je vroeg: "Wat is die vrijzinnigheid en hebben jullie daar discussie over?" Dan was dat er nauwelijks. Het was altijd weer dat politieke gevecht tegen de

kerk. En toch imiteerden ze in het HV veel met hun zondagochtendbijeenkomsten, waar mensen kwamen die op de rand van vrijzinnig protestantisme stonden. Die zochten toch weer een soort voorganger. Dat stuitte me ook wel eens tegen de borst. Toch heb ik jarenlang meegedaan. Eind zeventiger jaren heb ik nog een stichting voor vredesonderzoek op humanistische basis opgericht. Die kreeg geen medewerking van het HV zelf, omdat alles wat met oorlog en vrede te maken had een beetje taboe was. Ze waren bang voor politieke verdeeldheid. De achterban van het HV bestond uit PvdA- en VVD-aanhangers. Dat waren nogal tegenovergestelde polen als het om bewapening en ontwapening ging. Dus die discussie wilden ze niet. Dat was ook een reden waarom ik me niet thuis voelde in het HV. Het was een beetje met de mond belijden, maar als het erop aankwam geen middelen ter beschikking stellen. Op een gegeven moment ben ik er mee gestopt. Ik ken nog wel mensen uit het humanisme.

Hoe ging je boeddhistische pad intussen verder?
Ik heb in de jaren zestig en zeventig bijeenkomsten bezocht van de voorloper van Vrienden van het Boeddhisme. Daar ben ik altijd heel trouw naar toegegaan en daar ken nog altijd een aantal mensen van. Dat was de generatie van Jacques den Boer, Bruno Mertens, Tony Kurpershoek. Velen zijn ook reeds overleden. Ze kwamen vaak bij elkaar in Driebergen. Die deden veel goed werk. Ze gaven publicaties uit en organiseerden bijeenkomsten. Daar ging ik heen en daarmee voedde ik mijzelf. Maar mijn baan werd steeds drukker. Ik had bovendien de verantwoordelijkheid voor het Centrum voor Polemologie, dat internationaal opereerde op het gebied van oorlogs- en vredesonderzoek en het enige was in heel België. Het heeft me ontzettend veel energie gekost om het centrum tegen alle verdrukking in, in stand te houden en te doen groeien. Toen ik eenenzestig werd en de kans zich voordeed ben ik eruit gestapt. Ik had het gevoel dat iemand anders het maar verder moest dragen. Ik ben met pensioen gegaan.

En niet in een pensioengat gevallen?
Nee, zeker niet! Ik geloof dat als je aan

boeddhisme doet, je nooit in een gat hoeft te vallen. In die periode ging de Rigpa ontstaan. Daar ben ik lid van geworden. Ik heb trouw alle bijeenkomsten bijgewoond. Vervolgens ben ik overgestapt naar de Dzogchen-community rond Namkai Norbu. Daarbinnen nog weer naar een zijlijn in de BÖN-richting van Tenzin Namdak. Daar ben ik dagelijks mee bezig. Dus zo langzamerhand is mijn beroepswereld helemaal weggeëbd en daarvoor in de plaats is het boeddhisme gekomen. Ik vind dat ik veel te danken heb aan het boeddhisme. Ik vind dat als je de mogelijkheid hebt, je je ook moet inspannen vóór het boeddhisme. Daarom ben ik voorzitter geworden van de BUN. Ik ben zó vaak voorzitter geweest, dus voor mij was het helemaal geen geweldige inspanning. Ik kon terugvallen op mijn vaardigheden. Ik heb ook gebruik gemaakt van alle contacten die ik heb opgebouwd in mijn beroepsperiode om bepaalde dingen voor de BUN van de grond te krijgen.

Waarom heb je ervoor gekozen om je in te spannen voor de BUN?

Ik vond dat het nodig was. Ik las in een mededeling dat er een voorzitter werd gezocht. Ik heb Paula de Wijs opgebeld. Ik hoorde hoe de toestand op dat moment binnen de BUN was en dat het echt nodig was dat er iets ging gebeuren. Dat kon ik niet laten liggen. Ik zal dit niet altijd blijven doen. Ik zal dit doen voor de termijn die ervoor staat, vier jaar. Over anderhalf jaar mag iemand anders het overnemen.

Wat wil je in die vier jaar voor elkaar krijgen voor de BUN?

Wat heel duidelijk was dat de BUN een periode van strijd achter de rug had. Ik vond dat de ruzies ontstaan waren door onduidelijkheden in de structuur. Een van de problemen was de relatie tussen BUN en BOS. BOIO (Boeddhistische Omroepstichting In Oprichting) zoals het toen nog heette. Een van de allereerste acties die ik heb ondernomen was een overeenkomst ontwerpen tussen BUN en BOS waarin de verantwoordelijkheden van beide stichtingen werden vastgelegd. Toen die overeenkomst er eenmaal was, was het veel gemakkelijker werken. Toen wisten we van elkaar waar het ene begon en het andere eindigde. Dat was het begin. We zijn nu zover dat de BOS bestaat en dat die bestaat op een behoorlijke basis. Niet alleen dank zij mijn inspanningen, maar dank zij de inspanningen van een heleboel mensen

Dus in eerste instantie heb je orde op zaken gesteld en helderheid geschapen in de relatie BUN-BOS en verder...

Ja, dat mag ik van mezelf zeggen. Dat past ook bij mijn achtergrond als polemoloog. Je kunt niet alles plannen en regelen. Er komen allerlei zaken op je weg waarop je reageert. Een van de problemen van de BUN is dat het een koepelorganisatie is, een organisatie van organisaties. Daardoor kan de BUN de gewone leden van die organisaties heel moeilijk bereiken. Je werkt met vertegenwoordigers van organisaties en het hangt van de inspanning van die vertegenwoordigers af of de leden worden bereikt. Maar dat willen we toch graag. Soms zijn er mededelingen over bijeenkomsten, vacatures en dergelijke. Dat gaat de leden aan. Hoe pak je dat aan? Ik heb het een paar keer geprobeerd via de vertegenwoordigers van de organisaties. Sommigen gaven er inderdaad ruchtbaarheid aan, maar de meesten niet. Wij dachten een mogelijkheid te hebben gevonden door geregeld mededelingen te doen in het Kwartaalblad Boeddhisme, maar dat bleek ook niet de weg te zijn. Toen hebben we besloten een website te ontwikkelen met iemand die de stand van zaken dagelijks bijhoudt. Dat zal waarschijnlijk binnen een paar maanden rond zijn. In deze tijd van Internet is zo'n website een heel belangrijk communicatiemiddel. Als het er eenmaal is kun je het bestaan van die website adverteren in de krant: www.boeddhisme.nl De BUN leidt de belangstelling naar de verschillende aangesloten organisaties en doet mededelingen over de gemeenschappelijke zaken. De BUN kan ook leerlingen van scholen helpen die een scriptieonderwerp zoeken. Dat is iets wat ik van tevoren niet had bedacht en wat op mijn weg is gekomen en nu met het BUN-bestuur verder wordt uitgewerkt. De website kan ook heel zinvol zijn voor het functioneren van de werkgroepen van de BUN als het gaat om het werven van nieuwe leden voor de werkgroepen of aandacht te vragen voor de werkgroepen of om hun informatie te verspreiden. Voor de maatschappelijke inbedding in Nederland is zo'n website van de BUN heel belangrijk.

Het gevangeniswezen?

Sinds kort is er belangstelling van het Ministerie van Justitie. Sinds kort wordt de boeddhistische geestelijke verzorging in de gevangenissen gelijkgesteld met de geestelijke verzorging door de hindoeïstische en islamitische geestelijken, de pandits en imams. De boeddhisten hebben nu dezelfde toegang en dezelfde rechten op vergoeding van reis- en verblijfskosten. Dat inzicht is langzaam gegroeid bij het Ministerie van Justitie. Dit is bevorderd door een boeddhist die een levenslang veroordeelde gevangene begeleidde en geen reisvergoeding kreeg. Die heeft het aangekaart. Hij heeft mij gebeld en ik heb het ministerie gebeld. Ik heb een dag lang gebeld voor ik het kanaal te pakken had waar iemand zat die een tijdelijke oplossing kon geven. Uiteindelijk is er een goedwillende geest geweest bij het ministerie die zei dat het moet kunnen. Toen is er een circulaire rondgestuurd naar alle gevangenisdirecteuren en directeuren van Tbs-klinieken, waarin staat dat boeddhisten dezelfde rechten hebben wat betreft geestelijke verzorging. Chinezen, Thais en Vietnamezen hebben hun eigen geestelijke verzorgers die dit op zich kunnen nemen. De BUN is op het ogenblik bezig deze groeperingen, die zijn aangesloten bij de BUN, op de hoogte te brengen van deze ontwikkelingen. Voor Nederlanders ligt het iets ingewikkelder. We moeten met elkaar praten hoe we dat het beste kunnen organiseren. Er zijn al mensen bezig in

gevangenissen als boeddhistisch verzorger. Waarschijnlijk zal de belangstelling toenemen als hier eenmaal ruchtbaarheid aan wordt gegeven, eventueel via de website. Het lijkt mij dat de BUN het op zich kan nemen om namens de aangesloten verenigingen een gesprekspartner te zijn voor het Ministerie van Justitie. Dit moet nog besproken worden in de algemene ledenvergadering.

Denken jullie in eerste instantie aan Nederlanders die in Nederland in gevangenissen zitten?
Ja, laten we eerst in eigen land de zaak goed opbouwen. Dit is iets wat in de lucht zit en wat je als BUN moet zien te concretiseren.

Een andere activiteit waarmee de BUN erg actief is geweest is de brochure die binnenkort uitkomt over stervensrituelen bij boeddhisten.
Ja, dat is een activiteit van de Werkgroep Rondom de Dood. Ik denk dat de BUN de natuurlijke gesprekspartner is voor dit soort zaken. Eén van de doelstellingen van de BUN is om de belangen van het boeddhisme in de Nederlandse samenleving te behartigen. Dat staat ook in de statuten van de BUN. Als er dertig boeddhistische verenigingen zijn die daarachter staan, dan is het logisch dat het BUN-bestuur de taak heeft om de kanalen te zoeken in de samenleving om die belangen te behartigen. De BUN is bezig met het bevorderen van de maatschappelijke acceptatie van het boeddhisme in de Nederlandse samenleving.

Hoe is de taakverdeling tussen de BUN en de boeddhistische organisaties?
Die is niet strikt. De BUN is een koepelorganisatie, maar dat woord moet je goed begrijpen. Het betekent niet dat er een hiërarchie is of een gebouw waar een koepel bovenop zit. De BUN is niets anders dan een samengaan op een aantal punten van de bestaande boeddhistische organisaties. We willen ons niet mengen in het beleid van die organisaties, daar zijn we niet voor bedoeld. De BUN heeft een uitvoerende taak ten aanzien van de aangesloten organisaties. Als die vinden dat de BUN zich ergens voor moet inspannen, dan moet de BUN dat doen. Als het BUN-bestuur vindt dat er bepaalde zaken zijn die aan de aandacht van de afzonderlijke organisaties ontsnappen, dan moet het BUN-bestuur beginnen met dat onder de aandacht te brengen.

Samen met jou is er een heel nieuw BUN-bestuur gekomen.
Ja. We hebben een heel interessant bestuur, een goed bestuur. Mensen die hun sporen al hebben verdiend in vroegere, soortgelijke functies. Als de website eenmaal functioneert zal er een hele stroom werk op het BUN-bestuur afkomen, met name op het secretariaat. Daarom zijn we bezig om IDEE-baan - een instroom-doorstroom-baan, vroeger heette dat een Melkert-baan - te creëren ter ondersteuning van het secretariaat. Nu komen er al zoveel vragen binnen. Nadat ik een interview over de BUN en de BOS aan het ANP heb gegeven, dat in minstens twaalf kranten van Nederland heeft gestaan, zijn er zoveel brieven en telefoons losgekomen! Dat is heel verheugend, maar voor een organisatie als de BUN, die uit een paar mensen bestaat die in hun vrije tijd al het werk moeten doen, is dat te veel. Dus daar moet heel nodig ondersteuning komen. De BOS heeft een aantal kantoren ter beschikking gekregen in een omroep-

Wiel van worden (Bhavachakra)

gebouw in het station in Hilversum, waar ook Teleac en de Israëlitische omroep zijn gevestigd. Daarin heeft ook het secretariaat van de BUN een ruimte gekregen We zoeken nu iemand voor het secretariaat. Het moet iemand zijn die verstandige antwoorden kan geven op alle mogelijke brieven die binnenkomen. Wat is het verschil tussen BUN en BOS. Hoe word je lid van de BUN. Kunt u mij een boekje noemen. We zoeken een scriptieonderwerp, hebt u suggesties? Enzovoort. Als je de ontwikkelingen min of meer systematisch wilt bevorderen, kost dat veel tijd. Daar vul ik een heel groot deel van dat 'zwarte gat' van mijn pensioen mee. Brieven schrijven en telefoneren op zich is niet zoveel, maar je loopt met allerlei dingen rond, waar je over nadenkt. Daar ben ik toch zeker de halve dag mee bezig. En het neemt nog steeds toe. Zo veel, dat het weer bedreigend wordt voor mijn boeddhistische beoefening. Ik loop tegen de zeventig en ik vind dat ik meer tijd aan mijn beoefening moet gaan besteden. Dat zal niemand mij kwalijk nemen. Er staat vier jaar voor het voorzitterschap van de BUN. Dus ik denk dat de BUN aan een nieuwe voorzitter moet gaan denken. We moeten die opvolging heel zorgvuldig doen. Ik zal er niet zo maar ineens uit stappen.

Dan zal er in de historische annalen van de BUN staan dat jij body aan de BUN hebt gegeven?

Ik heb in die moeilijke overgangstijd hier en daar wat kunnen bijsturen. Uiteindelijk heeft het BUN-bestuur het beleid bepaald.

Je hebt je nu een leven lang met oorlog en vrede bezig-gehouden. Je hebt nu de derde leeftijd bereikt en je bent boeddhist. Ik vermoed dat je tot een soort synthese bent gekomen in je ontwikkeling. Kun je daar iets over zeggen?

Het lijken misschien waarheden als koeien, maar ik denk wel dat ze heel juist zijn. Ik geloof dat oorlogen altijd beginnen en zich ontwikkelen in de geest van de mensen. Het klinkt als een dooddoener, maar dat is het niet! Er zijn allerlei theorieën die zeggen dat oorlogen het gevolg zijn van structuren die niet deugen, van bewapeningsstructuren. Maar uiteindelijk is het altijd de mens die iets al dan niet acceptabel vindt en al dan niet protesteert tegen wat hij niet wil. Dus ik geloof dat vrede in de geest de basis is van alle vrede. En ik denk dat wanneer je daar bewust mee bezig bent, je als het ware in staat bent relativering aan te brengen aan al die onverdraagzame gedachten, al die angsten die bij mensen leven en tot oorlog kunnen leiden.

Ik denk dat, wil je in de toekomst echt oorlog vermijden, en dat geldt voor iedereen over de hele wereld, je dan de mens tot een niveau moet zien te krijgen, waarin hij eigenlijk ongevoelig is voor allerlei ideologieën. Dat hij de relativiteit van alle mogelijke dogma's kan inzien, kan doorprikken. Met andere woorden, het is een kwestie van geestelijke volwassenheid. Ik denk dat het boeddhisme juist in dat opzicht heel veel te bieden heeft. Afstand nemen van al die emotioneel beleefde, eenzijdige en vaak ideologisch bepaalde houdingen die oorlogen en bewapening moeten goedpraten. Dat is eigenlijk de synthese voor mij van zowel het boeddhisme als de polemologie.

Als je nu terugkijkt naar datgene wat er in de vijftiger en zestiger jaren allemaal is gezegd in de Nederlandse samenleving, dan is dat huiveringwekkend, vind ik. Dan zie je dat we allerlei dingen niet begrepen hebben, allerlei dingen verkeerd hebben geïnterpreteerd en ook geen begrip hadden voor de basisbehoeften van andere landen, van andere mensen. Toen ik dienst weigerde moest ik voor een commissie verschijnen in Den Haag. Ik had al een psychiatrisch onderzoek achter de rug. Er was al een onderzoek geweest naar de achtergronden van mijn familie. Die was er nauwelijks, dus die achtergronden waren er ook niet. Ik moest alleen naar Den Haag vanuit Groningen. Ik kwam in een hele grote kamer van het Ministerie van Justitie terecht. Helemaal aan het eind van die kamer was een grote tafel en daar zaten een stuk of vijf heren. De voorzitter zei: "Zo, landverrader, kom jij maar dichterbij en vertel jij maar eens in een minuut wat jij te vertellen hebt." Toen heb ik mij omgedraaid en ben meteen weer weggelopen. Dat kon je niet in een minuut vertellen. Later heb ik begrepen dat die voorzitter de KNP heeft opgericht, een splinter die tegen soevereiniteitsoverdracht van Indonesië was. Hij was de vroegere minister van koloniën in de Londense regering geweest. Hij was de enige geweest in de regering die een akkoord met de Duitsers had willen sluiten. Als ik dat toen geweten had, had ik hem een krachtig antwoord kunnen geven. Als ik daar nu aan terugdenk, zo'n vijftig jaar later dan denk ik: wat is dat in godsnaam voor houding geweest? Een houding die toen kennelijk geaccepteerd werd. Iemand die toen dienst weigerde, op het moment dat de eerste kernwapens Europa binnenrolden, op het moment dat de oorlog in Korea aan de gang was, op het moment dat Duitsland herbewapend werd, was een landverrader. Dat zouden we nu absoluut niet meer zeggen. Zelfs de grootste militarist van nu (als die tenminste nog bestaan) zou dat woord niet meer gebruiken. Dus het is eigenlijk heel eenvoudig om een of twee generaties terug te kijken en je te verbazen over hoe men toen dacht. Maar het zou veel beter zijn als we dat op het moment zelf zouden kunnen doen. Dat is mijn geloofsbelijdenis. Zover zouden we moeten kunnen komen. Verkeerde zienswijzen doorprikken.

(1) Sociale Verdediging als Logisch Alternatief door Johan Niezing Uitgeverij van Gorcum/Antwerpen, EPO 1987.

Door Koosje van der Kolk

Optreden Tibetaanse nonnen in Nederland

Op zondag 10 december traden acht nonnen van het Khachoe Ghakyil Ling nonnenklooster in het Tropeninstituut in Amsterdam op. De nonnen voerden traditionele Tibetaans boeddhistische rituelen en dansen op. Dit optreden van de nonnen betekent een ware revolutie binnen de boeddhistische Gelukpa traditie. Tot nu waren deze dansen en rituelen alleen aan monniken voorbehouden.

Het dagelijkse leven in het klooster

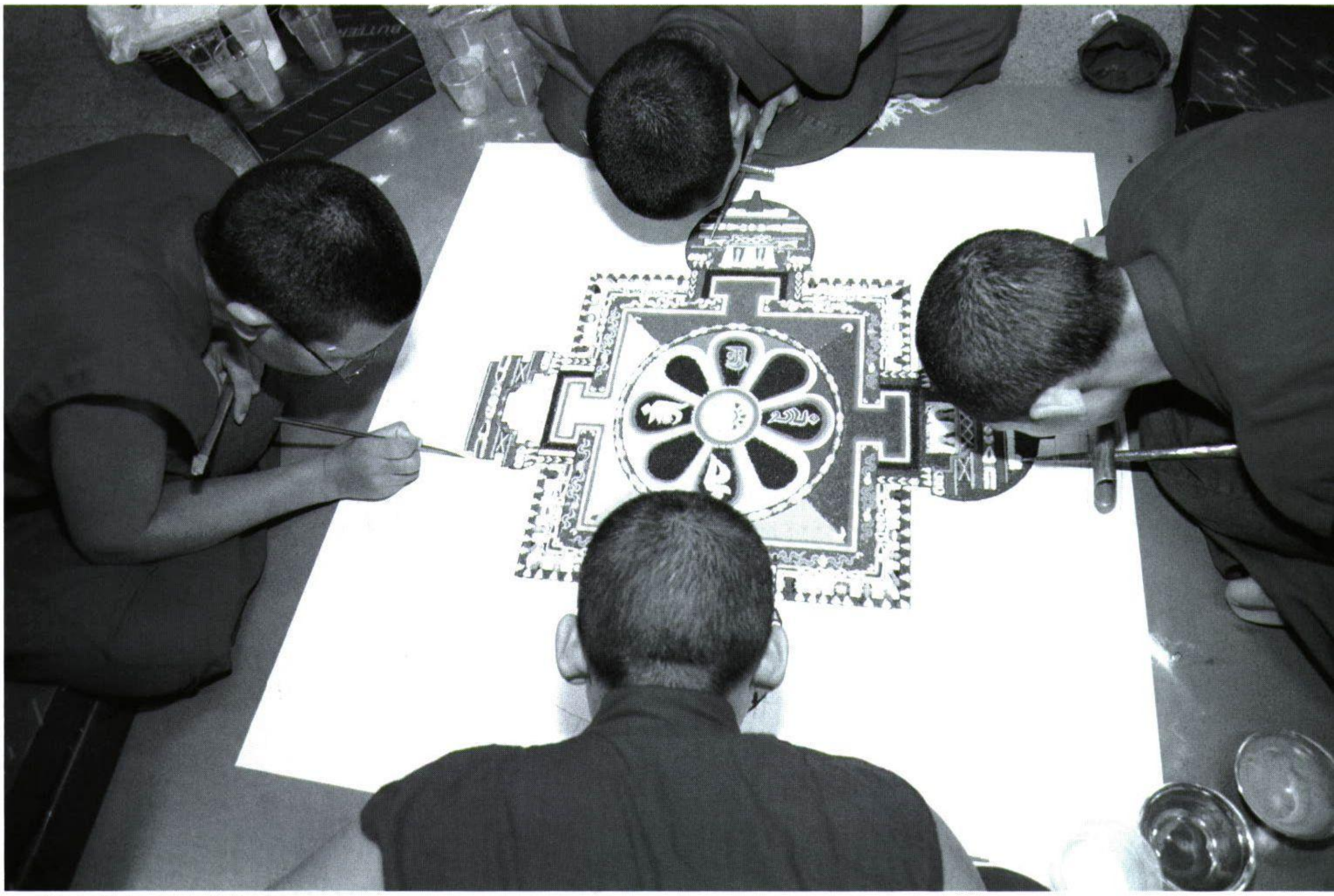
Het optreden in het Tropentheater werd ingeleid door Marlies Bosch. Zij heeft de nonnen ontmoet tijdens hun tournee door Amerika en heeft sindsdien contact met ze gehouden. Dit jaar nodigden ze haar uit in Nepal. Zo heeft Marlies de mogelijkheid gekregen een tijd met de nonnen door te brengen. Marlies vertelt aan de hand van dia's over het dagelijkse leven in het klooster. Ze maakt met haar verhalen duidelijk dat de nonnen niet de hele dag op hun kussentje zitten te mediteren maar dat het "levenslustige, moderne vrouwen zijn, die met beide benen op de grond staan". Ze vertelt over de jonge nonnen die geregeld een potje voetbal spelen of soms stiekem om geld kaarten. Ook ontdekte ze op een dag een groepje nonnen dat zich in een hoekje van het klooster had verzameld. "De nonnen gebaarden mij om bij ze te komen," vertelt Marlies. "Toen zag ik dat ze een video aan het kijken waren. Het was een Nepalese soap. Een soort Aziatische Goede Tijden Slechte Tijden. Met ruzies, die natuurlijk allemaal met veel gezoen goed gemaakt moesten worden. Maar als deze kussen op het beeldscherm verschenen, spoelde een oudere non die meteen door."

Marlies Bosch

Invloed van China

Marlies vertelt over een optreden van de nonnen in Duitsland, dat is afgeblazen. "Het optreden van de nonnen in Hannover werd door een grote fabrikant gesponsord. Deze fabrikant had echter handelscontacten met China.

Marlies Bosch



Optreden Tibetaanse nonnen in Nederland.

Toen China achter de sponsoring kwam, dreigden zij deze contacten stop te zetten. Het bedrijf heeft hierdoor de sponsoring teruggetrokken en het optreden is niet doorgegaan. Zo weet China de Tibetaanse nonnen zelfs in Duitsland te vinden." Veel nonnen van het Khachoe Ghakyil Ling klooster komen uit Tibet. Zij zijn daar weggevlucht voor de Chinezen, die sinds 1950 Tibet bezetten en daar de godsdienstvrijheid onderdrukken. Marlies: "Vooral vrouwen die in het openbaar hun affectie met het boeddhisme toonden, liepen gevaar." Het nonnenklooster is in 1986 opgericht met hulp van het nabijgelegen Kopan klooster, het moedercentrum van de FPMT, de Foudation for the Preservation of the Mahayana Tradition, opgericht door de wijlen Lama Thubten Yeshe. In eerste instantie leefden er maar 5 nonnen in het Khachoe Ghakyil klooster, dat zijn er nu al 260. Maar er komen niet alleen nonnen naar het nonnenklooster in Nepal. Ook worden veel gevluchte Tibetaanse meisjes door hun ouders naar het klooster gestuurd om een goede Tibetaanse opleiding te krijgen die ze in de vluchtelingenkampen in Nepal niet kunnen krijgen. Ook is het kloosterleven een garantie dat de meisjes in ieder geval genoeg te eten krijgen. "Het klooster fungeert soms meer als een kostschool voor arme meisjes, dan dat de meisjes er echt voor kiezen om non te worden," aldus Marlies Bosch.

Optreden als hulp voor de andere nonnen

Het optreden in het Tropeninstituut is een onderdeel van een tournee door heel Europa. De Tibetaanse nonnen zijn 20 oktober in Europa aangekomen en traden op in Duitsland, Oostenrijk, Slovenië, en nu dus in Nederland. De nonnen hebben hard gewerkt. Maar al zijn ze nu moe, ze zijn ook voldaan. "We are very happy that we can do this, for the benefit of the other nuns," vertelt een van de nonnen. Want daar doen ze de hele tournee voor: voor de andere nonnen in Khachoe Ghakyil Ling. Het klooster groeit uit zijn voegen. Maar om uit te breiden is er geld nodig. Dit is het tweede tournee - het eerste was vorig jaar in Amerika - waarmee de nonnen zelfstandig hun geld verdienen. Met dit geld kopen ze nieuwe grond op waarop gebouwen komen om de aanhoudende stroom nonnen op te vangen.

De nieuwe positie van de nonnen
Niet alleen de hoeveelheid nonnen is veranderd, ook hun levenswijze heeft revolutionaire veranderingen ondergaan. In Nepal kwamen nonnen en monniken in contact met westerlingen en daarmee met een nieuwe levenswijze. De nonnen hebben in het Tibetaans boeddhisme altijd een ondergeschikte rol vervuld. "Voor hen golden acht zware regels die voor de monniken niet golden," zegt Marlies. "Zo moesten zij altijd achter de monniken zitten, eerbied aan de monniken tonen en was het de nonnen niet toegestaan hun les te geven. Zij dienden meer als dienaressen van de hoge lama's en monniken, dan dat zij zich bezig konden houden met hun eigen spirituele ontwikkeling." Door het contact met de meer geëmancipeerde westerse levensstijl is het besef gegroeid dat deze rol van de nonnen achterhaald is. In het Khachoe Ghakyil

Ling klooster kunnen nu ook de nonnen een volwaardige opleiding volgen. Dat de nonnen de traditionele dansen en rituelen uitvoeren is een teken dat de nonnen bezig zijn met een ware inhaalslag.

Het optreden

Na het inleidende praatje van Marlies is het tijd voor de nonnen. Marlies vertelt voorafgaand aan elke dans waar het over gaat. De nonnen komen op met prachtig gekleurde maskers en kostuums en spelen op traditionele Tibetaanse instrumenten. Het diepe geluid van hun stemmen en de schelle tonen van de hoorns vullen de zaal. Achter elke dans zit een verhaal. In sommige dansen is de verhaallijn nauwelijks terug te vinden, andere verhalen worden bijna opgevoerd als een toneelstukje, zoals Milarepa en de Jager. Milarepa, een verlichte boeddhist, zit te mediteren als er een hert voorbij rent. Een van de nonnen komt op dat moment als hert verkleed het podium op huppelen. Het hert is angstig, want het wordt achterna gezeten. Milarepa maakt het hert rustig met een dharmalied. Vervolgens komen de hond en de jager die op het hert jagen het podium op. Ook hen maakt Milarepa met een lied rustig. Dit heeft zoveel invloed dat de jager zijn pijl en boog aflegt en bij Milarepa in de leer gaat. Andere stukjes zijn weer pure demonstraties. Bijvoorbeeld Het debat. De nonnen lieten zien hoe zij in het klooster debatteren: met veel geklap in de handen, gestamp op de grond en uitdagende vragen. Ook lieten ze zien hoe ze bidden. De nonnen zitten in gele kleden gewikkeld op een rij en zeggen gebeden op tot Tara. Deze offerande is een dagelijks terugkerend onderdeel in de vrouwenkloosters. De nonnen sluiten de avond af met een dankgebed en de energie die ontstaan is door het samenzijn wordt toegewijd aan het welzijn van alle levende wezens, voor een lang leven en goede gezondheid van al onze leraren en van alle aanwezigen.

Marlies Bosch

Optreden Tibetaanse nonnen in Nederland.

Terug naar huis

Op 20 december vlogen de nonnen weer naar Nepal. Tot nu toe hebben ze nog nauwelijks tijd gehad om rond te kijken. In Nepal hadden ze al elke vrije dag gebruikt om te oefenen, ook nu ze op tournee zijn, blijven ze oefenen. Over het beetje dat ze wel van Amsterdam hebben gezien, zeggen ze: "Een prachtige stad, met al dat water. Heel grappig om te zien dat mensen hier op boten wonen." En na vijf vrije dagen in Duitsland vlogen ze weer terug naar de andere nonnen in Nepal om samen een beter en ruimer bestaan op te bouwen.

De nonnen zijn inmiddels weer terug in Nepal. Het heeft even geduurd, maar ze zijn nu weer aardig gewend aan de dagelijkse routine. Ze zijn uiteindelijk met een bedrag van f. 14000,00 naar Kopan teruggegaan. Een groot deel daarvan werd hen geschonken terwijl ze een zandmandala maakten in de Openbare Bibliotheek in Groningen. Ze zitten nu midden in de examens voor de filosofie-

debatten en kunnen, als ze er geen voldoende voor halen, in de vakantie verder oefenen. Rond de dagen van het Tibetaanse Losar (Nieuwjaar) hebben de nonnen een maand vakantie en hebben dan de gelegenheid om hun familie te bezoeken, als die tenminste niet te ver weg woont, of gewoon wat rond te hangen. Toch zijn er ook in die periode nog veel activiteiten. Vaak komt er rondom het nieuwjaar een hoge lama uit Zuid-India op bezoek, met als gevolg een 'poedja-marathon' waarbij monniken en nonnen in de gebedshal van het Kopan Klooster samen dagenlang bidden.

U kunt de nonnen verder ondersteunen in hun educatie en het uitbreiden van het nonnenklooster door geld over te maken naar het Rabobank-rekeningnummer 3935.38.664 ten name van FPMT (MEC) in Overveen. Zet er a.u.b. wel even bij dat de donatie voor de nonnen van het Khachoe Ghakyil Ling klooster is bedoeld.

Door Nanda Huneman

Marlies Bosch

Drie maanden op het dak van de wereld!

Een droom wordt werkelijkheid! Op uitnodiging van m'n boeddhistische leraar, Geshe Konchog Lhundub (de eerste vaste leraar van het Maitreya Instituut, red.), mocht ik mij aansluiten bij zijn reisgezelschap naar Tibet, voor het maken van een pelgrims-/studiereis van drie maanden. Ons gezelschap bestond uit 4 personen. Twee monniken: Geshe Konchog Lhundub en een Nederlandse monnik en twee leken-boeddhisten: een psycholoog en de schrijver van de hier volgende impressie.

Op zaterdag 5 augustus 2000 was het dan zover. Wij vlogen vanaf Schiphol, via Hongkong, naar Chengdu in China. Omdat het verboden is voor Tibetanen, al dan niet met een buitenlands paspoort, Tibet te bezoeken, moesten wij in Chengdu eerst een oplossing vinden om onze reis voort te zetten. Geshe Konchog Lhundub is namelijk in 1959, samen met de Zijne Heiligheid de Dalai Lama en duizenden andere monniken, gevlucht uit Tibet en woont sinds 1984 in Nederland. Geshela heeft thans de Nederlandse nationaliteit! Na 2 dagen in Chengdu te zijn geweest, konden wij ons aansluiten bij een reisgezelschap van een 20-tal personen die naar Lhasa vlogen, de hoofdstad van Tibet. Op die manier konden wij Geshela door de douane heen loodsen. De vlucht Chengdu-Lhasa geldt voor de Chinezen als binnenlandse vlucht, omdat Tibet al sinds 1951 is bezet door de Chinezen, dus de controle was wat minder streng!

Vanaf het moment dat ik in Tibet arriveerde, maakte het land een ontzettende indruk op mij. Ik denk dat het vooral komt door de machtige bergen waarmee het land gezegend is. Bij de vlucht naar Lhasa waren de pieken van de nodige 7000-ders van Oost-Tibet al te bewonderen!
Vanaf het moment dat ik uit het vliegtuig was gestapt, voelde ik mij al wat duizelig en erg licht in m'n hoofd. Kennelijk was dit de kennismaking met de beruchte "hoogteziekte", want Lhasa ligt op 3600 m boven n.a.p.

De eerste impressie van het land, tijdens de rit van het vliegveld naar Lhasa-stad, was dat het overal redelijk schoon was en best wel "normaal" (lees: westers) uitzag. De wegen waren geasfalteerd en je zag weinig rommel op straat, dus alles was "normaal". Nou ja, normaal? Verkeersovertredingen heb ik daar niet gezien, omdat ze kennelijk geen verkeersregels hebben. Degene die het beste en langste kon claxonneren nam gewoon voorrang! Met het gevolg dat het verkeer een gekrioel is van auto's vrachtauto's en vooral heel veel riksja's en bakfietsen! Als je dan vervolgens in Lhasa gaat kijken, dan blijkt al heel gauw dat al dat "normale" een grote façade is. Achter de geasfalteerde wegen liggen de straatjes en steegjes waar de Tibetanen wonen en leven. Het gros van deze straatjes en steegjes is weliswaar verhard, maar zo ongelijkmatig, met zo'n slechte afwatering, dat het in Nederland de status van B-weg niet zou mogen dragen. Als je dan vervolgens je ogen opent, en niet meer door de bril van een toerist kijkt, zie je dat Tibet daadwerkelijk bezet gebied is. De Tibetanen leven in woningen die zo groot zijn als een garagebox, met "stromend" water (een waterput) vaak op de binnenplaats. Om deze binnenplaatsen zijn dan vaak 20 of 30 van die woningen gesitueerd meestal in twee woonlagen. Het toilet is voor al die woningen vaak een hok, gescheiden voor mannen en vrouwen. Het woord toilet is eigenlijk te veel eer, want het zijn gewoon gaten in de grond met daaronder een gigantische beertank. Daarentegen wonen de Chinezen in afgesloten wijken met mooie woningen. Huizen die in het Westen niet zouden misstaan!

Had ik het er eerder over dat het land zoveel indruk maakte, de Tibetanen maken nog veel meer indruk en dwingen op hun manier heel veel respect af. Deze mensen zijn stuk voor stuk erg vriendelijk en hartelijk. Aan gastvrijheid ontbreekt het geenszins en als je ziet en meemaakt hoe deze mensen zich vasthouden aan hun geloof, is dat heel erg indrukwekkend. Elke handeling die zij doen is gebaseerd op het boeddhisme. In Lhasa was ook goed te zien dat man en vrouw samen de werkzaamheden verrichten. Daarbij viel het mij op dat het zware werk voornamelijk door de vrouwen werd gedaan. Of het nu ging om het dragen van spullen of het werken aan de weg, het zware werk werd steeds door de vrouwen gedaan. Bij m'n bezoek aan de nodige bezienswaardigheden, voornamelijk kloosters binnen en rondom Lhasa, werd de spirituele gedrevenheid van de Tibetanen nog veel duidelijker. Ook werd het Chinese controleapparaat zichtbaar, want zoals bijvoorbeeld in het Potalapaleis, de voormalige residentie van Zijne Heiligheid de Dalai Lama en de regering van Tibet voordat het in 1951 bezet werd, zag je dat door het hele gebouw camera's hingen. In een rustig moment gevraagd aan een Tibetaan, bleken deze niet zozeer voor de preventie van diefstal en vernielingen te zijn, maar puur voor de controle van de Tibetaanse gidsen. Als werd waargenomen dat zo'n gids de naam van Zijne Heiligheid de Dalai Lama zou noemen, dan werd hij/zij onmiddellijk gearresteerd en naar een heropvoedingskamp gestuurd. Dit was vooral in Shigatse, ± 300 km vanaf Lhasa, heel schrijnend. Daar staat het paleis/klooster van de Panchen Lama, samen met de Dalai Lama de belangrijkste religieuze leiders van Tibet. De huidige Panchen Lama is in 1996 door Zijne Heiligheid de Dalai Lama erkend als de reïncarnatie van de Panchen Lama's. Onmiddellijk na de erkenning is de nieuwe Panchen Lama met zijn complete familie door de Chinezen gevangen genomen en sindsdien is er nooit meer iets van hen vernomen. De Chinezen hebben zelf iemand aangewezen en hem als Panchen Lama

benoemd. De beeltenis van deze persoon vindt je dan ook overal terug in Shigatse en de gidsen moeten, tegen beter weten in, tegen de toeristen vertellen dat hij de Panchen Lama is.

Het mooie en strijdbare van de Tibetanen is dat 9 van de 10 wel een foto van Zijne Heiligheid hebben, hoewel dit ten strengste verboden is! Zo zie je, 'n land kun je bezetten, 'n volk kun je onderdrukken, maar..... de geest blijft vrij! En dat al 50 jaar!!! In de plaatsen Gyantse en Shigatse was de tweedeling nog veel duidelijker zichtbaar. Dat deed gewoon pijn om waar te nemen. Daar was de Chinese vernietigingsmachine zodanig grondig aan het werk geweest, dat van de oude steden Gyantse en Shigatse niets meer over was. Het enige Tibetaanse wat ze hebben laten staan, zijn de toegangswegen naar de klooster- en tempelcomplexen toe. Daar stonden nog wat authentieke Tibetaanse woningen. De rest was vol geduwd met grote kazerne-achtige woonblokken, in de stijl van het voormalige Oostblok.

De reis naar deze steden voerde ons door een adembenemend landschap. Via enkele passen, die de 5000 m boven n.a.p. ruim overschrijden, reden wij onder meer andere langs het Yamdrok Yantzomeer, een brakwatermeter op 4400 m boven n.a.p. met een oppervlakte van 780 km2 en met boten van jakhuid als enige scheepvaart. Voornamelijk rijdend over onverharde wegen, die ook nog vaak door de regen waren weggeslagen of door de een of andere steenlawine waren bedolven, werden wij door en over de bergen vervoerd. Ik heb nooit geweten dat bergen zoveel kleuren bevatten. Variërend van lichtgrijs tot diep zwart, maar ook alle tinten groen die je je maar kunt voorstellen. Dan weer bruin en van paars naar rood. Daarbij kwam nog dat de kleuren wisselden met het veranderen van de tijd. Verder kwamen daarbij nog de machtige sneeuwtoppen en gletsjers, met her en der een bergstroom die naar beneden viel, soms als waterval en soms als krachtige snelstromende beek. Dit alles wordt afgewisseld door hier en daar een kudde schapen of geiten, die als vlokken tegen de helling op liggen. Ook zie je, veelal als losse stippen, de jaks rustig grazend tegen de berg aangeplakt. Als je beter kijkt, zie je dat het vee gehoed wordt door kinderen, die ogenschijnlijk niet ouder zijn dan een jaar of 10. Door de spaarzame dorpjes rijdend, waan je je 100 jaar terug in de tijd. De velden met gewassen, voornamelijk maïs en gerst, worden nog met de sikkel geoogst. Vervolgens zie je op het dorpsplein de vrouwen met dorsvlegels aan het werk, terwijl je andere vrouwen het kaf van het koren ziet scheiden met behulp van zeven en de wind!

Vanuit Centraal-Tibet zijn wij via een omweg naar Oost-Tibet gegaan, naar de provincie Kham. Kham is in principe gesloten voor westerse toeristen en ons reisdoel, het dorp Tsakhalo, ligt in een zogenaamde "restricted area". Omdat wij niet rechtstreeks van Lhasa naar Tsakhalo konden reizen (veel te duur, ruim f 2000,00 p.p. aan permits!), werd besloten terug te vliegen naar Chengdu. Aldaar werden wij vervolgens opgehaald door familie van Geshela die ons in Oost-Tibet zou binnenbrengen. Wij werden inderdaad netjes opgewacht in Chengdu en het vervoer was ook geregeld. Wij kregen de beschikking over het "luxe" vervoer van een vrachtwagen. Geshela, met zijn Tibetaanse uiterlijk, kon voor in de cabine mee, terwijl wij Hollanders, 3 volwassen kerels, werden verstopt tussen de lading en het schutbord in een ruimte van 60 cm breed, 110 cm hoog en de breedte van de laadbak + 200 cm. Deze "riante" ruimte werd onze verblijfplaats voor 7 dagen, gemiddeld 12 tot 15 uur per dag, met als enige ontspanning de keren dat er gestopt werd om te eten of te slapen. Het slapen gebeurde in die periode voornamelijk in chauffeurshotels, die stuk voor stuk waren verstoken van elke sanitaire voorziening!

Zoals gezegd, kwamen wij na 7 dagen, moe, vuil, gebroken, maar wel met de nodige avonturen, aan in het dorp Tsakhalo. De natuur in de provincie Kham is net zo mooi, zo niet mooier dan in centraal Tibet. Tsakhalo ligt wat lager dan Lhasa, nl. op 3100 m boven n.a.p., met als gevolg dat het allemaal wat groener is. Daarbij komt nog dat

Ven. Jan Bijman

Chengdu

Ven. Jan Bijman

Yangjin

het een subtropisch gebied is, dus de cactussen en bananenbomen groeien hier welig. De berghelling, vaak begroeid met naaldbomen, waren her der begroeid met metershoge cannabisplanten. Menige nederwietteler zou hier van dromen! Als je wilt wandelen en klimmen kun je hier je hart ophalen. Het dorp wordt letterlijk omarmd door de bergen die gemiddeld tussen de 4000 en 4500 m boven n.a.p. zijn. Als wakende reus torent de Dama Yong, ruim 5000 m boven het dorp uit. Zij laat regelmatig haar schitterende sneeuwmuts zien. Tsakhalo, gelegen aan de verbindingsweg tussen Degen, 100 km zuidelijk, en Gartok, 80 km noordelijk, vervuld een centrumfunctie voor de kleine omliggende dorpjes en telt ongeveer 2000 à 3000 inwoners. Het is een overwegend boeddhistische gemeenschap, met aan de rand van het dorp een rooms-katholieke gemeente van + 700 mensen. Deze gemeente is 150 jaar geleden gesticht door Franse Kapucijners en wordt geleid door een Tibetaanse pastor, die zijn opleiding in Peking heeft gehad!

Het enige stromende water dat het dorp kent stroomt in de diverse bergstroompjes die door de kern heen lopen. Deze stroompjes worden gebruikt voor allerlei doeleinden, variërend van het water voor te koken, het wassen en de irrigatie van de velden. Onderweg naar de Mekong, die langs het dorp stroomt, worden de beekjes ook nog eens gebruikt om het slachtafval te lozen. Het slachten, een dagelijks gebeuren, gebeurt buiten op straat. Nadat de jak of het varken is geslacht wordt het vlees vervolgens in een marktkraam te koop aangeboden (Koeling? Vleeskeuringsdienst?) Was het in Lhasa redelijk schoon, in Tsakhalo was het gewoon smerig. Hygiëne is een woord dat men niet kent. De straten zijn van leem. Tussen het "verkeer", een enkele vrachtwagen of tractor, lopen de muilezels, koeien en varkens lekker gemoedelijk op straat. Het huishoudelijk afval wordt gewoon op straat gekieperd. Het toilet, 1 voor het hele dorp, was een hok bestaande uit 3 wanden, weliswaar gescheiden voor mannen en vrouwen, met elk 3 gaten in de vloer. Die gaten stonden in een open verbinding met de beertank, die nagenoeg vol was, waar de maden en ratten welig tierden. Het gros van de mensen hier hebben nog nooit van zeep gehoord, althans vrijwel nooit of zeer zelden gebruikt! Een douche is een onbekend iets hier. Om een warm bad te krijgen, moesten wij ongeveer 10 km stroomopwaarts van de Mekong lopen, om dan vervolgens bij warmwaterbronnen onszelf te kunnen verzorgen. Medische zorg was er niet. De dichtstbijzijnde arts of eerste hulppost was in Degen of in Gartok. Dat gold ook voor enige communicatiemiddelen, zoals postkantoor, telefoon of Internet. Omdat het hier een zogenaamde "restricted area" betrof was alleen telecommunicatie binnen China mogelijk!

Wat hier erg opviel, is het verschil tussen de Chinezen en de Tibetanen. De Tibetanen zijn overwegend heel vriendelijk, nieuwsgierig en heel gastvrij. De Chinezen spelen hier heel nadrukkelijk de baas en hangen, naar mijn gevoel, net iets te veel de bezetter uit. Daarbij is de Tibetaan enigszins bedeesd en rustig, terwijl de Chinees altijd druk en schreeuwend aanwezig is. Ook is het kennelijk een sport van de Chinees om al rochelend en spugend door het leven te gaan, en dit ongeacht waar ze staan, binnen of buiten! De meeste volwassen Tibetanen, maar ook Chinezen, zijn analfabeet. Dit komt door de culturele revolutie van '66 tot '76. Toen is in heel China, bezet en onbezet gebied, geen onderwijs geweest. Toeristen zien ze hier maar zelden, dus al helemaal zeldzaam is het als het ook nog blanke toeristen zijn. Je bent dan ook letterlijk een bezienswaardigheid, met als gevolg dat als je zit te eten in het eethuis, er altijd wel mensen naar je staan te kijken. Ook was het heel gebruikelijk dat men aan je lichaam zat. Ze wilden allemaal onze haren op de armen voelen, want de Tibetanen hebben zelf vrijwel geen lichaamsbeharing!

Tsakhalo is naar de zoutpannen genoemd. Tsa betekent zout en als je dan op zoek gaat, zie aan de oever van de Mekong, overigens 200 m lager dan het dorp, de zoutpannen liggen. Dit zijn houten afdaken, die weer afgedekt zijn met leem. Men brengt het water uit de Mekong met een juk en emmers op de daken. Het water sijpelt door het leem en het hout. Op die manier ontstaan er stalactieten van zout, die worden afgebroken om te worden verwerkt. Buiten het dorp Tsakhalo gaat de tijd nog verder terug, want daar is zelfs geen elektriciteit meer. De mensen zijn daar dan ook gewoon om met de kippen op stok te gaan! Buiten het dorp liggen de kloosters, ons doel van de reis. Het oude klooster, de Karda Gompa, is het klooster waar Geshela zijn eerste schreden heeft gezet in zijn monniksbestaan. Dit klooster ligt ongeveer 3 uur lopen en klimmen vanaf het

dorp en werd in 1959 door de Chinezen vernield. Daarbij kwamen 294 van de 315 monniken om het leven, omdat ze door de Chinezen werden vermoord. In 1982 werd weer een klein gedeelte van deze Gompa hersteld. In 1991 werd met behulp van Nederlands geld een nieuw klooster, de Takoshe Gompa, gebouwd. Deze ligt op ongeveer 1 uur lopen van het dorp.

Terwijl in Lhasa de taken door mannen en vrouwen verdeeld waren, hier in Tsakhalo zijn de mannen ronduit lui. Het werk gebeurt voornamelijk door de vrouwen. De mannen hangen maar wat rond of zitten rondom het biljart, terwijl de vrouwen met het vee bezig zijn of je ziet ze op het land werken. Zo zie je ook de vrouwen het zware tilwerk doen, zelfs tot aan sloop- en bouwwerkzaamheden toe! Specifieke mannentaken waren het slachten en het hoeden van de muilezel-karavanen. Ook de handel werd voornamelijk door mannen gedaan. De Chinese invloed is hier erg ver doorgedrongen. Het gros van de bevolking spreekt helemaal geen Tibetaans meer.

Zo merk je, als je langere tijd met de monniken en de burgerbevolking samen leeft, dat het duidelijk een bezet gebied is. De mensen hebben echt angst als er politie of enig ander uniform in de buurt is. Wij hebben mensen gesproken die al diverse familieleden hadden verloren door de Chinezen en die ons de gevolgen van de martelingen lieten zien. Er liep in de Takoshe Gompa een monnik rond die geen neus meer had, dit ten gevolge van martelingen. Mensen met afgehakte of afgeknipte vingers ontmoette je daar ook. Ons verblijf ter plaatse werd gedoogd omdat Geshela 2000 yuan, + f 600,00 aan steekpenningen had betaald. Dat is nagenoeg een jaarsalaris!

Nu heb ik al een hele tijd lopen afgeven op de Chinezen. Eerlijkheid gebied mij om ook de andere kant te vertellen. De Chinezen investeren hier wel enorm veel geld. Elk dorp, hoe klein het ook is, heeft een school. Zo was daar in Tsakalo zelf naast de basisschool ook een middelbare opleiding! Je kunt door het hele land zien dat men druk bezig is met de aanleg van stroomvoorzieningen. Links en rechts wordt door de Chinezen gebouwd, al past het niet in de Tibetaanse stijl, maar toch. De Tibetanen op het land wonen overigens best wel in riante woningen. Het zijn veelal boerderij-achtige woningen, vrijstaand en bestaande uit 3 etages. Op de begane grond huist het vee, de eerste etage is voor de mensen bedoeld en op het dak, dat veelal voor de helft is bebouwd, worden de opbrengsten van de oogsten bewaard. Het komt wel veel voor dat in een woning meerdere gezinnen wonen. Vaak blijven families bij elkaar wonen, al dan niet met hun eigen vrouw en kinderen.

Na 6 weken verblijf in Tsakhalo zijn wij per openbaar vervoer via de diverse steden in Zuid-China terug naar Chengdu gereisd. Via Degen, Zhongdian (de 1ste keer weer douchen na 7 weken!), Lyiang, Dali en Kunming zijn wij naar Chengdu gegaan. Eigenlijk vanaf Zhongdian was er weer sprake van westerse normen en gebruiken. Vanaf daar kon ik weer gewoon mijzelf verzorgen, "gewoon" bellen, internetten en meer van die kleine, maar oh zo belangrijke, westerse zaken. De Chinezen die wij hier ontmoet hebben zijn van een heel ander kaliber dan die, die wij in Tibet hebben leren kennen. Hier waren kennelijk wel de 'normale' omgangsvormen. Het was al met al een heel erg leerzame reis!

Door Ruud Lieskamp

Ven. Jan Bijman

Kishu rivier te Lhasa, Tibet.

Tibet nieuws

GYALWA KARMAPA KRIJGT VLUCHTELINGENSTATUS IN INDIA

Na een jaar in onzekerheid werd de 15-jarige Urgyen Trinley, oftewel de 17e incarnatie van de Gyalwa Karmapa, door de Indiase regering de vluchtelingenstatus verleend. Hiermee komt een periode van bijna huisarrest ten einde en kan de jonge lama zich vrij bewegen in India. Kort na de beslissing is hij dan ook meteen begonnen aan een bedevaartstocht naar vele boeddhistische heiligdommen in India zoals Sarnath en Bodhgaya. De Karmapa vluchtte uit Tibet in december 1999 in een dramatische ontsnapping die de Chinese regering (en de Indiase regering!) in verlegenheid bracht. Hoewel New Delhi steeds probeerde Beijing niet te provoceren was de druk van internationale mensenrechtengroeperingen en vele invloedrijke individuen toch doorslaggevend.

PANCHEN LAMA

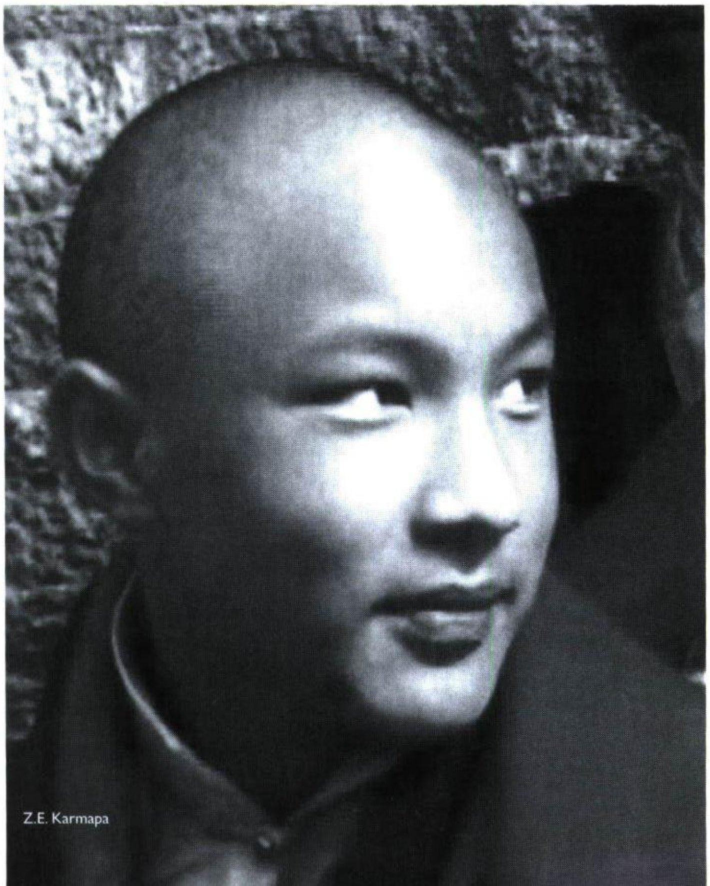
In een verklaring ter gelegenheid van het Tibetaanse Nieuw Jaar zei de Chinese regering dat het jongetje dat zij gekozen hebben als Panchen Lama "trouw is aan de communistische partij". "Ik heb de grootsheid van de Communistische Partij van China en de warmte van de socialistische familie gevoeld", zou het jongetje hebben gezegd. Beijing gaf deze jongen de titel Panchen Lama nadat een andere jongen officieel erkend werd door Z.H. de Dalai Lama. Sinds die erkenning zijn de jongen, Gedhun Choeki Nyima, en zijn familie spoorloos verdwenen. Bij zijn verdwijning was hij zes jaar oud en zou nu ongeveer 12 jaar oud zijn. Beijing weigert iemand te vertellen waar deze jongen zich verblijft of hem te laten ontmoeten. De Europese Unie heeft kortgeleden hierop aangedrongen. Zij vroegen de Chinese regering of een onafhankelijke delegatie de jongen mocht bezoeken, maar tot nu toe is er geen antwoord op dit verzoek ontvangen.

TAFT NIET LANGER SPECIAL COORDINATOR FOR TIBET

Anticiperend op veranderingen in de regering van de VS onder de nieuwe president George Bush heeft Julia Taft haar baan als Assistant Secretary of State for Population, Refugees and Migration opgegezgd. Bij Tibet-kenners was mevrouw Taft beter bekend als de Special Coordinator for Tibetan Issues, een taak die gecreëerd werd om een dialoog tussen de Chinese regering en de Z.H. de Dalai Lama tot stand te brengen. Secretary of State Powell zal binnenkort een vervanger voor Julia Taft benoemen.

TIBETANEN HELPEN SLACHTOFFERS AARDBEVING INDIA

Een groep van bijna 150 Tibetaanse vrijwilligers hebben hard gewerkt om dorpen in de door een aardbeving getroffen gebied in Noord-India te helpen. "Voor de laatste 40 jaar heeft India ons verzorgd zoals een moeder een kind verzorgt", zei Dawa Tsering, leider van de groep en Welfare Officer bij de Tibetaanse regering-in-ballingschap. "Nu is de tijd de schuld te vereffenen." De vrijwilligers gingen naar de dorpen waar weinig andere hulp werd geboden. Een groep hielp lijken uit een plek te halen nadat andere, beter uitgeruste teams, het werk hadden opgegeven. Met blote handen hielpen ze de dorpelingen de stenen een voor een weghalen. Een andere groep werkte om een Rama-tempel vrij te maken. De tempel was een bedevaartsoord voor de 70 omliggende dorpen en hun werk daar zorgde voor veel dankbaarheid uit de omgeving. De vrijwilligers arriveerden met een vrachtwagen vol levensmiddelen en andere goederen en 22 lakh rupees (+ 100.000 gulden) door Tibetaanse vluchtelingen in India opgebracht voor de overlevenden van de natuurramp.



Z.E. Karmapa

TIBETAANSE KINDEREN TE KLEIN DOOR ONDERVOEDING

Volgens onderzoekers is ondervoeding, niet hun genen of de hoogte, de oorzaak van de kleine gestalte van Tibetaanse kinderen. Uit een onderzoek in Tibet onder meer dan 2100 kinderen tot zeven jaar, is gebleken dat ze problemen hadden met rachitis (Engelse ziekte), huidproblemen en groeibelemmeringen. Dit laatste kan gepaard gaan met lagere intelligentie, problemen op school en beperkte ontwikkeling (lichamelijke en geestelijke). De ergste groeibelemmeringen vinden plaats in afgelegen gebieden. Het onderzoek, gepubliceerd in het New England Journal of Medicine, meldde dat 51% van de onderzochte kinderen sporen van ondervoeding vertoonde. Oorzaken zijn de slechte voeding van hen en hun moeders, blootstelling aan infecties en ziekten en emotionele stress. Een mythe

bestaat dat deze kinderen klein maar sterk zijn, maar dit blijkt geen acceptabele theorie meer te zijn. De onderzoekers hopen dat door hun studie meer aandacht aan de zorg voor moeder en kind in Tibet besteed zal worden.

Chö Yang

Nomaden te paard tonen foto Dalai Lama, Tibet.

AMNESTY INTERNATIONAL: MARTELING IN CHINA NEEMT TOE

In een nieuw rapport stelt Amnesty International (AI) dat marteling in China het laatste jaar is toegenomen. De overheid beraamt grootse campagnes en eist van locale ambtenaren dat ze snelle resultaten boeken. Deze beambten worden aangemoedigd korte metten te maken met dissidenten en anderen. Mede als gevolg hiervan worden mensen systematisch gemarteld. Gemeld als slachtoffers zijn politieke dissidenten, Tibetaanse nonnen, criminelen en hun advocaat, Falungong aanhangers alsook mensen die beschuldigd zijn van het hebben van te veel kinderen of het niet betalen van belasting. Marteltechnieken houden o.a. afranseling, geselen, gebruik van elektrische schokken en seksueel geweld in. Het rapport telt 58 bladzijden, bespreekt 75 specifieke incidenten en geeft informatie over zo'n 600 andere gevallen.

VN BELET TIBETAAN TE SPREKEN IN HAL

Het hoofd van het Office of Tibet in New York, die tevens de vertegenwoordiger van Z.H. de Dalai Lama in Noord-Amerika is, werd niet toegelaten tot de hal waar hij een lezing had moeten houden over "Tibet: Past, Present and Future." De International School of the United Nations had de heer Nawang Rabgyal gevraagd de 600 studenten toe te spreken tijdens hun 25e jaarlijkse bijeenkomst. De lezing zou plaatsvinden in de Algemene Vergaderzaal van de VN. Maar op de dag van de conferentie werd hij gebeld door de directeur van de school met de boodschap dat hij niet mocht spreken omdat de VN dit had verboden. Later, toen hij als toeschouwer de hal wilde betreden, werd hij daar niet toegelaten. De heer Rabgyal zei: "Ik had er naar uitgekeken de studenten te vertellen over de vredige initiatieven van Z.H. de Dalai Lama om een oplossing te vinden voor het Tibetaanse probleem, die model kunnen staan voor het oplossen van internationale conflicten." In augustus 2000 had de VN ook Z.H. de Dalai Lama belet een bijeenkomst van religieuze leiders te bezoeken in dezelfde hal.

Lhàsa, Tibet.

Nico Knol

SCHOOLKINDEREN DOELWIT VAN ANTIRELIGIEUZE CAMPAGNE

Kinderen in de Tibetaanse hoofdstad Lhasa worden steeds harder aangepakt als ze uitingen geven aan hun geloof. Zelfs het dragen van koordjes die door lama's worden gezegend kan aanleiding zijn voor straf. Vooral kinderen tussen de zeven en dertien zijn van deze nieuwe campagne het doelwit.

Door Paula de Wijs-Koolkin

Maitreya Amsterdam

'Thinking and Feeling' was het onderwerp van de cursus die Ven. Kaye Miner in het weekend van 24 en 25 februari in het Maitreya Instituut te Amsterdam gaf. Het hier volgende artikel is een bewerking van een paar onderdelen uit die cursus. De uit Australië afkomstige Kaye Miner is de vaste lerares van het stadscentrum. Zij geeft vrijwel dagelijks cursussen over boeddhistische methoden en technieken die zij vaardig aan de westerse manier van denken aanpast met een groot inlevingsvermogen en een brede maatschappelijke ervaring. Voordat zij boeddhistische non werd om haar leven aan de Boeddhadharma te wijden was zij in het management werkzaam.

Denken en voelen

Wat we voelen is vaak niet hetzelfde als wat we denken. Wat we denken is vaak niet hetzelfde als wat we voelen. Dat heeft iedereen wel eens ervaren. Vaak is het moeilijk onze gevoelens met onze gedachtes te rijmen, en andersom. Maar als we goed kijken, blijken gedachten en gevoelens toch dichter bij elkaar te liggen dan we vaak denken. Kaye leidde het weekend als volgt in: "Iedereen heeft gevoelens: pijnlijke gevoelens, vrolijke gevoelens. Deze gevoelens kunnen heel sterk zijn. Zo sterk dat ze ons soms totaal overdonderen. De gevoelens maken dan te veel lawaai om te horen wat zich in ons hoofd afspeelt. We verliezen de link met het rationele denken als we op die manier overdonderd worden door een gevoel. Ook gebeurt het vaak dat ons gevoel niet overeenkomt met onze intellectuele mening. Verstandelijk beredeneren we bijvoorbeeld dat het niet goed is, om iemand te haten. Maar ons gevoel heeft aan deze gedachte geen boodschap. Nog steeds voelen we die haat die we intellectueel afwijzen. Dit conflict tussen ons verstand en gevoel roept nog meer gevoelens op, zoals schaamte en schuld. Deze innerlijke conflicten zorgen er vaak voor dat we geestelijk in elkaar storten."

Dit weekend zal ze vanuit boeddhistisch standpunt over gevoel en verstand vertellen en een idee geven over hoe we deze inzichten in onze westerse levensstijl kunnen inpassen. Maar Kaye heeft eerst even genoeg gepraat en ze laat ons aan het woord. Met de woorden "I think I like to do some games" stuurt ze ons op elkaar af met de opdracht onze naam en een persoonlijk gegeven aan alle andere aanwezigen te vertellen. Zo blijkt er onder andere iemand te zijn met een nieuwe baan, iemand uit Denemarken en iemand die van bloemen houdt. Dan vervolgt Kaye haar verhaal. "Regelmatig beleven wij de dingen niet zoals ze in werkelijkheid zijn. We hebben vaak het gevoel dat we van de ene naar de andere frustrerende situatie gaan. Dit kunnen we ook anders zien. Daar zijn we zelf verantwoordelijk voor. We hebben zelf de keuze hoe we iets zien. Bij de poging om onze manier van denken in positieve zin te veranderen, is het wel belangrijk dat we eerlijk tegen onszelf te zijn. Onze goede maar ook onze slechte kanten te accepteren. Met een realistische kijk op onszelf komen we veel verder. Zoals de titel van een bijzonder boek zegt: Start where you are."

"De manier waarop we denken hangt sterk samen met de manier waarop we op dingen reageren. Wij reageren vaak op een mechanische manier, vanuit gewoonte, op gebeurtenissen. Deze manier van reageren brengt ons niet ver. We blijven op die manier steeds tegen dezelfde problemen oplopen. Het is beter om in te spelen op de verschillende situaties, goed kijken wat er om ons heen en in onze geest gebeurt en dan pas reageren. Maar daarvoor is het belangrijk dat we weten hoe onze geest werkt. Dan alleen kunnen we onze reactie-gewoonte veranderen."

"Om te kijken hoe onze geest werkt nemen we die thangka als voorbeeld," zegt Kaye terwijl ze naar een thangka die aan de muur hangt, wijst. "Als ik naar die tekening kijk, zie ik eerst een boeddha tegen een rode achtergrond. Met mijn oogzintuig neem ik dat waar. Maar heel snel daarna komen er over de waarneming van de tekening gedachten in mijn mentale bewustzijn. Er komen een mening, een gevoel, een interpretatie van die tekening omhoog. Bij het kijken naar

Annelies van der Heijden

iets ontstaat er altijd meer. Alleen observeren doen we haast nooit. Als we heel goed kijken naar wat de geest doet, dan zien we de stapjes van wat er in onze geest gebeurt." Kaye wendt haar blik van de thangka af en kijkt de zaal weer in. "Maar ik denk waarschijnlijk niet hetzelfde als jullie," voegt ze toe. "Er is geen schoonheid die uit zichzelf uit die tekening springt. Wat ik denk en voel als ik er naar kijk is afhankelijk van allerlei factoren. Van mijn interesse, mijn bui, mijn achtergrond."

"Iedereen denkt dus eigenlijk wat anders terwijl ze die thangka bekijken. Bovendien denken we ook niet steeds hetzelfde. Het onderwerp van onze mentale activiteit verandert continu. Zo denken we eerst na of we rood een mooie kleur vinden, dan vragen we ons af wie de thangka geschilderd zou hebben en dan we komen in onze gedachten plotseling bij een vriend uit die ook schildert. En zo gaat het maar door. Als we naar iets kijken gebeurt er dus heel veel in ons hoofd. We zien iets, we evalueren en het geeft weer de aanleiding om aan allerlei andere dingen te denken."

Tijd voor de lunch. De meeste mensen maken een wandelingetje langs de grachten in het winterse zonnetje. Na de pauze luisteren we met een fris hoofd naar een gedicht van Ruth Bebermeyer dat Kaye voorleest. Naar aanleiding van het gedicht praten we erover dat we zo snel evalueren, bekritiseren of beoordelen als we iets zien of ergens aan denken. Dit belemmert een goede communicatie met onszelf maar ook met anderen. Kaye heeft weer zin in een spelletje. Ze zegt wat zinnen op en het is aan ons om te beoordelen of het gaat om een observatie of om een evaluatie. "John was angry for no reason." Eerst wordt getwijfeld, dan komen we tot de conclusie: dit is een evaluatie. "Very good, very good," lacht Kaye, "next one." En zo gaan we nog even door.

Aan het einde van de dag leggen we de brug van het denken naar het gevoel. Over onze gedachten hebben we tot nu toe geconcludeerd dat we zelf verantwoordelijk zijn voor de manier waarop we denken. We hebben gezien dat, terwijl we aan iets denken, het meteen evalueren. Hoe zit dat nu eigenlijk met ons gevoel?

"In het Westen worden gevoel en verstand vaak los van elkaar gezien. Er wordt onderscheid gemaakt tussen het gevoel en het verstand. In het boeddhisme zijn gevoel en verstand twee aspecten van hetzelfde; van de geest. Met deze zienswijze in je achterhoofd is het makkelijker om je gevoel en verstand te integreren. Als je op de dualistische manier denkt, heb je sneller kans te vervreemden van je gevoelens. Je bent dan geneigd om over je gevoelens en gedachtes te spreken, alsof ze iets zijn dat buiten jou staat. Uitspraken als: "Ik kan mijn gedachtes niet vertrouwen" of "Mijn gevoelens zijn slecht" zeggen al meer dan genoeg." Kaye sluit de dag af met een korte meditatie.

De tweede dag staat geheel in het teken van het gevoel. Kaye leidt het onderwerp in met een citaat van Rollo May: "Een volgroeid persoon heeft de gave gevoelens te onderscheiden in vele nuances: sterke en gepassioneerde gevoelens, subtiele en delicate gevoelens, precies zoals in de verschillende passages van een symfonie. Maar weinig mensen kennen hun gevoelens zo goed. Meestal kennen we onze gevoelens niet als de passages van een symfonie maar als de noten van een simpel deuntje voor een seinhoorn," zegt Kaye. "Daarom is het voor heel veel mensen zo moeilijk om hun gevoelens goed onder woorden te brengen. Als we iets niet goed begrijpen, is het moeilijk om het goed te verwoorden."

"Ook angst is vaak een reden waarom we onze gevoelens niet uitdrukken. We zijn bang te laten zien wat we voelen. We zijn bang om afgewezen te worden. Of we zijn bang dat mensen ons kapot maken als we ons kwetsbaar opstellen.

"Wat zouden ze wel niet van me denken." Soms zijn we ook bang om ons verdrietig te voelen, omdat we bang zijn de controle dan te verliezen. Dat hangt samen met onze dualistische manier van denken waar ik het al eerder over had. We hebben het gevoel dat het gevoel iets is dat buiten ons staat. Alsof dat gevoel jou omver kan werpen."
"Vervolgens trekken we een muur op, we sluiten ons af. We drukken onze gevoelens niet meer uit en we raken vervreemd van onze gevoelens. Het is dus wel degelijk van belang dat we onze gevoelens uitdrukken en beter leren begrijpen. Door gevoelens in kleine stukjes te hakken, de verschillende tonen te horen, leren we ons gevoel beter te begrijpen. En dat voorkomt veel verwarring. Het is goed om naar je gevoelens te luisteren."
"Aan de andere kant moeten gevoelens je niet dusdanig overweldigen dat je niet meer kunt functioneren. Een probleem met gevoelens is dat we de neiging hebben ze op te blazen. We drijven weg op onze eigen fantasieën. Bijvoorbeeld; iemand heeft iets gedaan wat we niet leuk vonden. Wij laten het dan niet bij die ene gebeurtenis. We denken veel verder. "Als die persoon dat nog een keer doet dan zal ik wel even zo en zo." Het is belangrijk deze fantasieën als dusdanig te herkennen."
"Het is dus een kwestie van balans vinden. We hoeven gevoelens niet op te blazen. Als een gevoel niet overdonderend is en ons niet verwart, hoeft dat nog niet te zeggen dat er geen gevoel is. Als we naar onze gevoelens luisteren, zullen we zien dat we altijd een mate van geluk of ongeluk voelen. We voelen nooit niets. We zitten altijd in het spectrum tussen heel veel of heel weinig geluk."

"Vaak raken we geobsedeerd door ons eigen geluk. We zijn vaak zo druk met ons eigen geluk bezig, dat we de problemen van anderen niet kunnen gebruiken. Dit zou onze geest wel eens kunnen verstoren. Dit is nogal een verwarde manier van gelukkig zijn. Daarnaast zijn we zo bang het geluk weer te verliezen, dat we ons enorm aan dit geluk vastklampen. Soms is het goed om van de dingen te genieten voor wat ze zijn en voor hoe lang ze duren."
"Het belangrijkste om te realiseren is, dat we zelf verantwoordelijk zijn voor onze gedachtes en gevoelens. Dat ze twee aspecten van onze geest zijn en dat ze niet iets zijn dat buiten onszelf staat. Daarom is het belangrijk om te zien wat er precies gebeurt als we wat voelen of denken. Zijn onze gevoelens echt zo groot of blazen we de boel op? Luisteren we wel naar de subtiele gevoelens? We zien in hoe snel onze gedachten veranderen en herinneren ons dat wat we denken ook relatief is. Iedereen denkt naar aanleiding van bijvoorbeeld een schilderij aan hele andere dingen. Als we onze gevoelens en gedachten stapje bij stapje leren volgen, als we het proces beter leren begrijpen, leren we gedachtes en gevoelens ook beter een plek te geven en ze beter te relativeren."
Ook de tweede dag sluit Kaye af met een meditatie.

Door Nanda Huneman

De foto's werden genomen door Annelies van der Heijden op de verjaardag van venerable Kaye Miner. De studenten en medewerkers van MIA hebben Kaye een bijzonder mooi Tara-beeld cadeau gegeven als blijk van hun genegenheid en dank.

Gedicht

voor het opwekken van de drang naar bevrijding

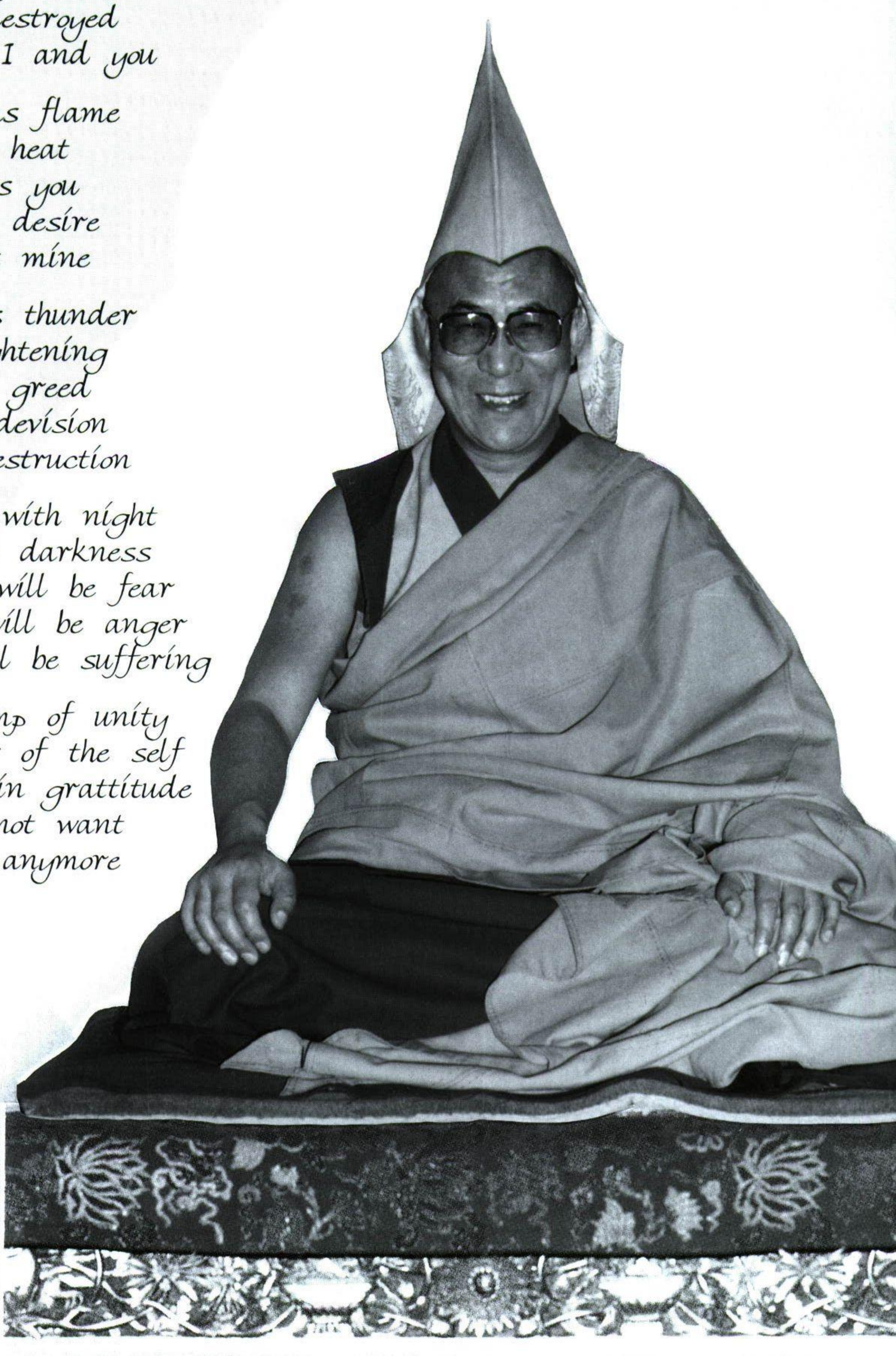
Honour to the Buddha
Home of all wisdom
Homage to the Lord
Vanquisher of all evil
One who destroyed
the cycle of I and you

For just as flame
creates heat
I creates you
I creates desire
I creates mine

For just as thunder
brings lightening
I brings greed
I brings devision
I brings destruction

For just as with night
there will be darkness
With I there will be fear
With I there will be anger
With I there will be suffering

Oh golden lamp of unity
Oh transformer of the self
to you I pray in grattitude
For I do not want
to be "me" anymore



Vrij naar een commentaar opgetekend uit een video over de inzegening van een boeddhabeeld door Z.H. de Dalai Lama.

Dringende situatie in klooster Geshela

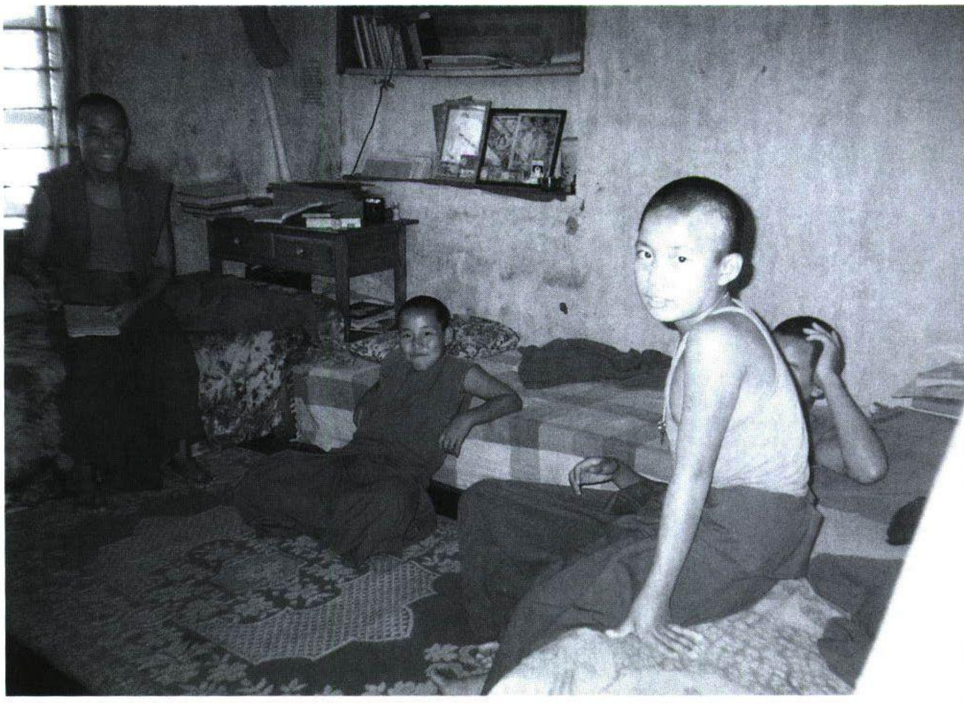
Impressie van mijn bezoek aan het Gaden Jangtse Klooster in Zuid-India.

Ieder jaar bezoek ik dit gebied om te kijken hoe de vooruitgang is van alle projecten van het Tibet Fonds Dolma, zo ook deze keer. Natuurlijk bracht ik ook een bezoek aan de school van het Gaden Jangtse Klooster. Het was een plezier om weer zoveel vrolijke gezichten van de kinderen te zien. Maar alhoewel ik er ieder jaar kom, had ik toch het idee dat het er aardig wat meer waren dan vorig jaar en dat er veel gezichtjes me nieuw voorkwamen. Toen ik wat verder doorvroeg hoorde ik dat er alleen al in de Tsawai Khangtsen zo'n 25 kinderen bijgekomen waren. Er werd lachend gezegd dat de Tsawa zorgde dat de school voller en voller werd. M'n nieuwschierigheid was gewekt, dus toen de school uitging, volgde ik de stroom kinderen en jawel hoor, allemaal richting Tsawa.

Zoals u misschien weet gaat het er in de Tibetaanse kloosters wat anders toe dan in de Westerse kloosters. De khangtsen waar de monniken leven zijn verdeeld in groepen die bij een klooster in Tibet hoorden. Dit zeker ook vanwege de dialecten die er worden gesproken. Ik denk dat de vaste leraar van het Maitreya Instituut, de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen, die ook tot het Tsawai Khangtsen behoort, u daar wel veel meer over kan vertellen.

Toen ik dus een kijkje ging nemen hoe het de kinderen verging in deze khangtsen, waar ze slapen, eten en ook verder worden verzorgd, schrok ik toch wel een beetje. Zoveel kinderen, waar kwamen ze vandaan en waarom waren ze hier? Ze vertelden me toen de geschiedenis van de meeste van deze kinderen, allen wees of halfwees, afkomstig uit een zeer arm gebied in het Noord-Oosten van India. De families zijn niet bij machte om deze extra zorg op zich te nemen. Ze weten dat de kinderen scholing en een liefdevolle verzorging krijgen in de kloosters, dus worden ze daar achtergelaten of met een lama meegegeven als hij dit gebied bezoekt. De meeste lama's van de khangtsen hebben 5 of 6 kinderen onder hun hoede. De kamer die ze ter beschikking hebben is ongeveer 3 bij 3 meter groot. Er staat meestal een bed in voor de leraar en de kinderen slapen als haringen in een ton op de grond.

Alhoewel er een hoop wordt gelachen, is deze situatie verre van ideaal. Huiswerk maken en wat studeren is bijna onmogelijk. Om nog maar niet te spreken over hygiëne als er eens een kind ziek is. Toen ik ook nog zag hoe er op kleine butagasflesjes nog wat extra werd gekookt, en dat allemaal in dezelfde kleine ruimte, dacht ik dat dit op den duur een onhoudbare situatie voor de kinderen is. De



Noortje Toetenel

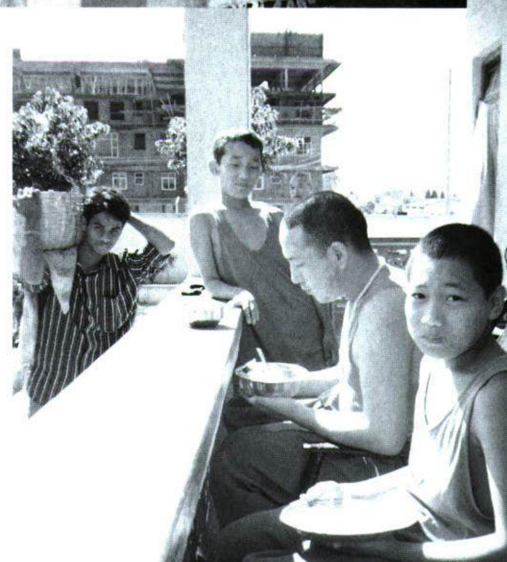
Kinderen in de Tsawa Khangsten, Gaden Djangtse Klooster, Zuid-India.

lama's waren het natuurlijk van harte met mij eens en ze lieten me dan ook hun plannen zien tot het bouwen van een veel grotere leefruimte. Maar hoe komen ze aan het geld dat daarvoor nodig is? Ze hadden voor de fundering van dit nieuwe gebouw al geld geleend. Maar in India is de rente die hierop moet worden betaald erg hoog. Hun plan lag dan ook even stil, maar ze hoopten er zeer op dat er misschien wat goede gevers uit het Westen zouden komen. Natuurlijk met een vragende blik in mijn richting. Maar ook de Dolma heeft geen boom in de tuin met gouden appels. Geen boom, maar wel de hoop op giften van mensen die de Tibetaanse cultuur een goed hart toedragen. Mensen als u, die dit huis van Geshe Sonam Gyaltsen een beetje op weg zouden willen helpen. Alhoewel we de kosten van de nieuwbouw helaas niet in zijn geheel kunnen overnemen, zal ieder bedrag(je) toch weer een paar stenen betekenen. Stenen voor een gebouw, maar ook stenen voor de ontwikkeling van de kinderen van de Tsawai Khangtsen.

Door Noortje Toetenel

Het Gaden Klooster en het Tsawa Khangtsen

Het Gajang Tsawa Khangtsen is een van de twaalf khangtsen van het Gaden Jangtse Klooster. Toen wij als monniken uit Tsawa in 1959 als vluchteling in India, in Baxaduar in West-Bengalen waren aangekomen, telden we niet meer dan zeven monniken. Later werden de sanghaleden uit Baxaduar allemaal naar Zuid-India gestuurd, waar ze tot op heden verblijven. Daar ontvangen de monniken steun voor hun levensonderhoud van het klooster, maar voor hun verblijf moeten de khangtsen individueel moeite doen, omdat er geen enkele andere instanties zijn die daarmee helpen. Tegenwoordig is het aantal nieuwe monniken in het Tsawa Khangtsen enorm toegenomen. Zij komen voornamelijk uit arme families en hebben verder niemand die hen helpt. Om de moeilijkheden die hun verblijf in termen van woonruimte veroorzaakt op te heffen zijn al schulden gemaakt om nieuwe verblijfplaatsen te bouwen. Nu is er echt geen enkele andere manier meer dan u allen om uw steun te verzoeken. Vandaar dit bericht. Als u wilt helpen,



kunt u daartoe met mij of met Noortje Toetenel contact opnemen en uw hulp schenken. Als u wilt zien hoeveel geld precies aan de gebouwen wordt uitgegeven, zal ik ervoor zorgen dat u daarvan een overzicht krijgt.

Door Geshe Sonam Gyaltsen

'home page'

'De 22 Tara-beelden zijn aangekomen en staan in de meditatieruimte alsof ze er altijd hebben gestaan. Dirk van Haaren heeft inmiddels het onderste gedeelte van de nieuwe kast waar de beelden in zullen komen afgeleverd! De nieuwe kast zal er net zoals de 'oude' uit komen te zien, alleen de indeling wordt anders. Komt dat zien, komt dat zien! Hopelijk zullen de beelden gevuld en gezegend zijn wanneer u dit Magazine onder ogen heeft. Tot onze spijt is het ons niet gelukt geheel uit de kosten te komen met de inkomsten uit giften, donaties, enz. Er staat aan het eind van het traject nog een post van plusminus 3000,- gulden open. Het bekende gironummer staat nog tot uw beschikking indien u in de gelegenheid bent te helpen het project tot een goed einde te brengen. Schoorvoetend doe ik toch nog een keer een beroep op uw niet te onderschatten vrijgevigheid.

Het aantal projecten waarvoor door het Instituut een beroep wordt gedaan op de medewerking van leden, studenten, lezers en eenieder die betrokken is of wil zijn bij alles wat het Instituut, de FPMT en Lama Zopa ondernemen, neemt gestaag toe.
Over het algemeen wil ik niet te veel en te vaak aan de weg timmeren en verzoeken om sponsoring en financiële steun, maar van tijd tot tijd is het toch nuttig om een aantal dingen nog eens onder uw aandacht te brengen, zoals:

- Het Maitreya (beeld) Project in Bodhgaya.
- Het Lama Osel Fonds
- De Realisatie van de Nieuwbouw van het Maitreya Instituut Emst

Trudy van de Winkel

Vanuit FPMT International Office is het Merit Box idee geïntroduceerd. Dit houdt in dat men een Merit Box (spaarpot) thuis gestuurd krijgt die een keer per jaar geleegd wordt door een nog aan te wijzen Landelijke Coordinator (vacature nog open). Dit plan staat los van onze 'eigen' plannen, en is speciaal bedoeld om de projecten van Lama Zopa Rinpochee te ondersteunen. Het project richt zich vooral op studenten die al langer contact hebben met Rinpochee, met de bedoeling onze kostbare leraar te ondersteunen inplaats van steun te vragen aan hem. Iedere deelnemende student krijgt een schitterend uitgevoerde 'spaarpot' toegestuurd om op zijn/haar huisaltaar te plaatsen. Samen met de spaarpot krijgt de deelnemer een gebeden boek waarin de visualisatie, motivatie, toewijding en gebeden om te gebruiken bij het beoefenen van vrijgevigheid staan. Deelnemende studenten kunnen zo vrijgevigheid opnemen in hun dagelijkse beoefening. Iedereen die geinteresseerd is in deelname aan dit project en een spaarpot plus 'gebruiksaanwijzing' thuisgestuurd wil krijgen, kan contact opnemen met het Maitreya Instituut.

Geshe la heeft op verzoek van de Tibet Support Groep Nederland deelgenomen aan de fakkeloptocht die op 10 maart jl. in Amsterdam werd gehouden. Elk jaar wordt op deze datum de opstand van 1959 in Lhasa herdacht, die door de Chinese bezetters op brute wijze werd neergeslagen, waarna Z.H. de Dalai Lama tezamen met ruim 100.000 Tibetanen hun land ontvluchtten. Er werd aan de

demonstratie deelgenomen door zo'n 200 enthousiaste mensen die op niet mis te verstane wijze luidkeels hun misnoegen met de huidige situatie in bezet Tibet kenbaar maakten. De kleurrijke optocht werd voorafgegaan door politie te paard en het onvolprezen trommelaarsorkest uit Ruigoord. De optocht eindigde bij het beeld van de Dokwerker op het J. D. Meyerplein, waar door een jonge Tibetaan de verklaring van Z.H. de Dalai Lama werd voorgelezen.

Demonstratieve fakkeloptocht op 10 maart 2001.

Vera Kappers en haar tuinteam hebben weer een opmerkelijke slag geleverd in de strijd met het bos en de tuin. Bovendien zijn ze er in geslaagd het caravan bestand te 'updaten' waardoor het aanzien van het terrein weer een opsteker heeft gekregen. Bedankt!

Paul Trouerbach heeft de transript-coördinatie van het studieonderwerp *De Stadia van het Pad naar de Verlichting* op zich genomen! Bedankt Paul, veel succes in deze krachtige en zeer effectieve beoefening!

Studenten van het onderwerp Geest en Cognitie hebben het eerste tentamen in de nieuwe ronde van de FPMT-Basisstudie Tibetaans boeddhisme met veel succes gemaakt. Er hebben 13 personen aan meegedaan en Geshela was blij verrast met de resultaten en de gemiddelde uitslag van 7.7 punten.

Nieuwbouw: rectificatie! In ons tomeloze enthousiasme hadden we in een vorig nummer geroepen dat er eind dit jaar al iets nieuws te bewonderen is. Dat was voorbarig. De stukken voor een bouwaanvraag liggen bij de Gemeente Epe en zullen worden getoetst aan het nog te definiëren Bestemmingsplan Schaveren. Al met al gaat dat meer tijd in beslag nemen dan aanvankelijk werd verwacht.

Geshe la wordt 60! Dit willen we vieren! Met een feestelijke lunch en een Goeroe Poedja gepland op zondag 24 juni! Iedereen is welkom, wel is het fijn als u van te voren laat weten dat u komt en met hoeveel, dan weten we hoeveel momo's we moeten maken! Aan deelname zijn geen kosten verbonden, maar een vrijwillige bijdrage als tegemoetkoming in de kosten is natuurlijk welkom. Het Instituut beraad zich over een passend cadeau!

Door Herman Homan,
centrumdirecteur
Maitreya Instituut Emst.

Overzicht kalender
van april 2001 t/m juli 2001

MET LEZINGEN IN AMSTERDAM EN GRONINGEN EN DE DATA VAN DE GEBEDSDIENSTEN

A P R I L :

30 t/m 1	Weekend Geshe Sonam Gyaltsen Maitreya Emst: de Filosofische Scholen
1 (8)	Wassende maan Tara-offerande
3 (10)	Offerande aan de spirituele leraren
6 t/m 9	Teken- en schilderweekend met Andy Weber in Emst: Vadjrasattva.
8 (15)	Volle maan Tara-offerande
11	Lezing Geshe Sonam Gyaltsen Maitreya Amsterdam: De Weg van de Bodhisattva Krijger
13 t/m 15	Weekend met Geshe Sonam Gyaltsen: De Stadia van het Pad naar de Verlichting
18	Lezing Geshe Sonam Gyaltsen Groningen: Geboorte, sterven en de tussenstaat
18 (25)	Offerande aan de spirituele leraren
22 t/m 27	Internationale FPMT Geshe Summit 2001
23 (30)	Offerande aan de Medicijn Boeddha

M E I

1 (8)	Wassende maan Tara-offerande
2 (9)	Offerande aan de spirituele leraren
4 t/m 6	Weekend Geshe Sonam Gyaltsen Maitreya Emst: de Filosofische Scholen
7 (15)	Volle maan Tara-offerande
9	Lezing Geshe Sonam Gyaltsen Maitreya Amsterdam: De Weg van de Bodhisattva Krijger
11 t/m 18	Lange teken- en schildercursus in Maitreya Emst met Andy Weber: Vadjrasattva
16	Lezing Geshe Sonam Gyaltsen Groningen: Boeddholoog of boeddhist?
17 (25)	Offerande aan de spirituele leraren
18 t/m 20	Weekend met Geshe Sonam Gyaltsen: De Stadia van het Pad naar de Verlichting
23	Lezing Geshe Sonam Gyaltsen Maitreya Amsterdam: De Weg van de Bodhisattva Krijger
23 (30)	Offerande aan de Medicijn Boeddha
26 t/m 27	Kinderweekend voor tieners in Maitreya Emst o.l.v. Uef
27	Jaarlijkse ontmoetingsdag van de Boeddhistische Unie Nederland, dit jaar in Emst
30 (8)	Wassende maan Tara-offerande

J U N I

1 t/m 3	Weekend Geshe Sonam Gyaltsen Maitreya Emst: de Filosofische Scholen
1 (10)	Offerande aan de spirituele leraren
4 t/m 7	Saka Dawa Nyung Nä o.l.v. Koosje van der Kolk en/of Joyce Ruyg
6 (15)	Volle maan viering van geboorte, verlichting en parinirvana van Boeddha Shakyamoeni Volle maan Tara-offerande
13	Lezing Geshe Sonam Gyaltsen Maitreya Amsterdam: De Weg van de Bodhisattva Krijger
15 t/m 17	Weekend met Geshe Sonam Gyaltsen: De Stadia van het Pad naar de Verlichting
16 (25)	Offerande aan de spirituele leraren
20	Lezing Geshe Sonam Gyaltsen Groningen: Het Bodhisattva-ideaal
21 (30)	Offerande aan de Medicijn Boeddha
27	Lezing Geshe Sonam Gyaltsen Maitreya Amsterdam: De Weg van de Bodhisattva Krijger
28 (8)	Wassende maan Tara-offerande
30 (10)	Offerande aan de spirituele leraren
30 t/m 1 juli	Dagpo Rinpochee in Amstelveen

J U L I

5 (15)	Volle maan Tara-offerande
6 (16)	Geboortedag van Zijne Heiligheid de Dalai Lama
6 t/m 18	Jaarlijkse zomer Lam Rim meditatiecursus in Maitreya Emst t/m woensdag 18 juli
21-22	Volledige initiatie in Avalokiteshvara, de Boeddha van Mededogen
23 t/m 25	Retraite

S E P T E M B E R

14 t/m 16	Geshe Sonam Gyaltsen over filosofische scholen, weekend Emst
21 t/m 23	Geshe Sonam Gyaltsen De Stadia van het Pad (Lam Rim) weekend Emst

O K T O B E R

5 t/m 7	Geshe Sonam Gyaltsen over De Hart Soetra, weekend Emst
19 t/m 21	Geshe Sonam Gyaltsen over De Stadia van het Pad (Lam Rim), weekend Emst

N O V E M B E R

2 t/m 5	Geshe Sonam Gyaltsen over De Hart Soetra, weekend Emst
16 t/m 18	Geshe Sonam Gyaltsen over De Stadia van het Pad (Lam Rim), weekend Emst
23 t/m 25	Sandra Tideman Yoga en meditatie

D E C E M B E R

14 t/m 16	Alex Berzin

Tussen haakjes zijn de data van de Tibetaanse (maan)kalender vermeld.
Details in dit programma overzicht kunnen veranderen.
De aanvangstijden van de offeranden in Emst en Amsterdam hangen samen met andere activiteiten en kunnen dus wisselen. Bel daarom even voor bevestiging van de aanvangstijden!!!

De activiteiten van het centrum Maitreya Amsterdam staan in een bij dit MM ingesloten folder.
Bel voor meer inlichtingen met 020 - 4280842.

Voor inlichtingen over de extra activiteiten van Maitreya Groningen, zoals de discussie- en meditatie- bijeenkomsten, kunt u contact opnemen met Studiegroep Maitreya Groningen: 050 - 5268058 (Simon).

Over leven en sterven

Hoewel het in het Maitreya Magazine even stil is geweest rond de activiteiten van de consulentengroep 'Rond het Sterven' in Emst, hebben we niet stil gezeten. De consulentengroep begint een vaste kern te krijgen. We hebben veel informatie bijeengebracht en zijn nu zover dat we (op kleine schaal) mensen kunnen begeleiden bij het vastleggen van hun spirituele wensen rond het sterven. Mocht u met iemand van de consulentengroep van gedachten willen wisselen over dit onderwerp of voor uzelf een 'protocol' op willen stellen voor de periode rondom uw sterven, dan kunt u contact opnemen met Koosje van der Kolk (0578-661625, e-mail: koosjekolk@nl.packardbell.org).
Daarnaast wordt nog volop gewerkt aan het opzetten van het fonds 'Poedja-service'. Dit is een fonds waarin u uw donaties ten behoeve van leraren en gebedsdiensten bij uw sterven veilig kunt stellen. Aangezien zo'n fonds de nodige juridische en fiscale gevolgen heeft, gaan we niet overhaast te werk. Ook zijn er vergevorderde plannen voor het bouwen van een 'ashuisje' op het terrein van het Maitreya Instituut in Emst. We hebben nog mensen nodig die zich willen specialiseren in het maken van tsa tsa's, kleibeeldjes van boeddha's.
Tot slot groeien ook de activiteiten van de werkgroep 'Spirituele Zorg Rondom het Sterven' in Amsterdam (zie hiervoor de informatie van deze groep zelf).
Zodra wij meer informatie kunnen aanbieden berichten wij u hierover in het Maitreya Magazine.

Namens de consulentenwerkgroep,
Klaas Boer

In memoriam Hannah Rietbroek

IK BEN EEN PHOENIX
IK HERRIJS UIT DE AS
IK BEN EEN PHOENIX
IK BEN EEN PHOENIX
(Uit: A Susan Seddon Bouler Bestiary)

Men zegt dat de phoenix uit zijn eigen as is verrezen en symbool staat voor wedergeboorte en regeneratie. Hij symboliseert de zon die iedere avond ondergaat als een rode bal van vuur en de volgende ochtend weer opkomt. Gedeclameerd op verzoek van Hannah terwijl de baar vertrok.

Hannah Rietbroek, een onbekende naam voor veel nieuwe studenten. Toch kwam ze al in Maasbommel naar het Maitreya Instituut en ook in latere jaren in Emst. Ze nam onder andere deel aan een aantal Nyung Nä's. Maar de laatste jaren kwam ze weinig, want ze leed aan een zeldzame ziekte, waarbij de spieren van haar aangezicht langzaam verlamden. De laatste jaren kon ze niet meer spreken en moeilijk eten. Na de eerste publicatie in het Maitreya Magazine van de Werkgroep Stervensconsultancy was zij de eerste die onze hulp inriep.
Omdat ze niet kon praten verliep de communicatie via papier. Maar ze wist precies wat ze wilde. Ze leerde ons veel tijdens het proces en voor haar begon reeds de verwerking van het naderende einde. We moesten geregeld ophouden, omdat het te emotioneel voor haar werd. Zo kwamen wij in een serie gesprekken tot een overzichtelijke lijst van noodzakelijke vragen en zij tot antwoorden over het proces. Dat werd geregeld bijgesteld als haar wensen veranderden. Elisabeth de Vrieze en Koosje van der Kolk hadden ieder om hun eigen redenen besloten de grenzen van het werk van een stervensconsulent - dat ophoudt bij de advisering - te overschrijden. Ze begeleidden haar, samen met Annelies Hots, haar zoon Jaap en een aantal vriendinnen naar het einde. Ze kon niet meer alleen thuis zijn en werd opgenomen in het Hospice in Brummen. De vrijwilligers van het Hospice bleven haar bezoeken toen ze naar een verpleeghuis werd overgeplaatst. In beide huizen zette ze mensen met haar specifieke wensen in beweging. Er was een enorme medewerking en zo kon ze sterven zoals ze had gewenst, onaangeraakt en mocht ze drie dagen in haar sterfbed blijven liggen.
Haar leven was niet gemakkelijk, haar ziekbed was niet gemakkelijk, maar haar sterven verliep licht, dank zij haar grondige en langdurige voorbereiding. Hannah, mag het je in je volgende levens goed gaan. Misschien vind je de Dharma-teksten terug die je mij in bewaring hebt gegeven.

Door Koosje van der Kolk

THE BIRDSEED SONG

IN THE CRISP AIR
IMAGINE THE CITY
THE WHITE GULLS
FALLING DOWN
ITS CANYONS
IN THEIR CRIES
THE TWO WORLDS
SEPARATE
STANDING ALONE
TO EACH
THEIR OWN STILLNESS

THE AIR IS SO BLUE
LOOKING UPWARDS
TO REMIND US
OF MORTALITY

SHOULD WE NOT
TAKE OUR DEAD
UP TO THESE
ROOFTOPS?

Eldon Scott
21 januari 2001-01-29
opgedragen aan Hannah Rietbroek

Cursus informatie

Per auto bereikt u ons centrum, gelegen aan de Heemhoeveweg 2 (of Laarstraat 27) te Emst: Vanuit Amersfoort de A28 richting Zwolle. Afslag Epe/ Nunspeet richting Epe. Doorrijden tot aan stoplichten. Bij de stoplichten rechtsaf richting Emst. Na een paar honderd meter weer rechtsaf, net voor het Chinese restaurant 'De Lange Muur' de Laarstraat in. Na ongeveer één kilometer schuin linksaf de zandweg in. Dit is de Heemhoeveweg. Inrit en parkeerplaatsen rechts. Doorgaande paden vrijhouden is brandweervoorschrift. Vanaf de A50 afslag Epe/ Nunspeet. Bij de stoplichten linksaf richting Emst. etc.

Per bus nr. 90 vanaf NS station Apeldoorn of Zwolle is het Maitreya Instituut te bereiken als u uitstapt bij de halte Laarstraat, tussen de dorpen Emst en Epe. Daar is een Chinees restaurant 'De Lange Muur', waar u bij slecht weer kunt schuilen en iets kunt drinken. Bij alle cursussen die om 20.00 uur beginnen halen we de cursisten af tussen 19.00 en 19.30 uur bij dit restaurant. U kunt ook lopend het centrum bereiken door de Laartraat in te gaan tot na ongeveer één kilometer schuin links een zandweg begint. Dit is de Heemhoeveweg. Voorbij het weiland ligt nu aan uw rechterhand het Maitreya Instituut.

Elke cursist wordt verzocht pantoffels of slippers mee te nemen en zich na aankomst te melden bij de receptie. Twee lakens en een sloop zijn te huur voor F 5,- per keer. U kunt ze natuurlijk ook zelf meenemen. Cursusgelden dienen uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een cursus te zijn betaald. Het is belangrijk u zo vroeg mogelijk aan te melden. De cursussen worden tegen kostprijs aangeboden. U dient wel lid/abonnee van het Maitreya Magazine te zijn of te worden. Indien uw financiële situatie dit noodzakelijk maakt, kunt u vooraf verzoeken om korting.

Voorwaarden voor deelname

Deelnemers aan cursussen dienen lid/abonnee van het Maitreya Magazine te zijn of te worden. Iedereen dient zich op het cursusterrein te houden aan 5 voorschriften. Deze zijn: 1. niet doden, 2. niet nemen wat niet is gegeven, 3. geen seks, 4. niet liegen, 5. geen alcoholische of anderszins bedwelmende middelen gebruiken. De vegetarische maaltijden worden verzorgd door professionele koks.

Aanmelding en betaling contributie

Aanmelding voor een cursus kan telefonisch van 9.00-16.00 uur, elke dag behalve op zaterdag.
Uw reservering wordt definitief na ontvangst van het cursusgeld dat uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een cursus dient te worden voldaan op Postbankrekening 6901668 of I.N.G. Bank Epe op rekening 65.70.24.481 t.n.v. Kerkgenootschap Maitreya Instituut te Emst met vermelding van de cursusdatum. Alle bezoekers en cursisten dienen zich na aankomst te melden bij de receptie in de winkel. De winkel is gespecialiseerd in alles wat een beoefenaar van het Tibetaanse boeddhisme nodig zou kunnen hebben. Er is een keur aan honderden boeken, kaarten, posters, wierook, beelden, offerbakjes, boterlampen enzovoort. De winkel is open tijdens cursussen en na telefonische afspraak.

U kunt zich voortaan ook per e-mail tot de administratie van het Maitreya Instituut wenden op het nieuwe e-mail adres: maitreyadmin@planet.nl

Retraites

Boeddhistische retraites, zowel voor groepen als individueel, kunnen in het centrum plaatsvinden onder deskundige leiding. Individuele retraite of verblijf in het centrum buiten de aangekondigde programma's is alleen mogelijk indien er een band bestaat met het centrum door deelname aan diverse cursussen, of door voldoende kennis te hebben opgedaan van de boeddhistische leer in andere centra.

Gebedsdiensten

Gebedsdiensten of 'poedja's' worden gehouden op speciale dagen. Zo wordt tweemaal per maand de 'Offerande aan de spirituele meesters', ook wel 'goeroe poedja' genoemd, gedaan. Een lijst met belangrijke poedja's zal steeds in het magazine worden gepubliceerd. Informatie over het aanvragen en sponsoren van poedja's voor zieken, stervenden of speciale gebeurtenissen zoals examens en reizen vindt u in Maitreya Magazine nr. 3 jaargang 11.

Verhuur cursusruimte

Het cursusgebouw is te huur voor groepen van minimaal 25 personen. Vraag naar onze folder.

Lama Tsong Khapa en zijn beide 'zonen' in Maitreya Instituut Emst.

Programma Emst eerste helft 2001

4 t/m 6 mei
1 t/m 3 juni
14 t/m 16 september
BOEDDHISTISCHE FILOSOFISCHE SCHOLEN (Drub Tha)
Door Geshe Sonam Gyaltsen
Nederlandse vertaling Hans van den Bogaert

Dit nieuwe onderdeel van de FPMT Basisstudie is een uitgebreide presentatie van de leerstellingen van de filosofische scholen, die in het Tibetaans boeddhisme als een ladder worden beschouwd waarlangs men stapsgewijs meer en subtieler inzicht in de uiteindelijke realiteit van zelfloosheid - de leegte - krijgt. Dit inzicht heeft in de praktijk invloed op de wijze waarop wij in het leven staan en zal ons helpen de realiteit als minder concreet en zwaar te ervaren. De filosofische inzichten zullen ons bestaan een diepere betekenis kunnen geven.
De cursus duurt nog zes weekenden, van februari t/m juni steeds het eerste weekend van de maand. Dit studiedeel eindigt september 2001.

Aanvang:	**vrijdagavond om 20.00 uur.**	
Kosten:	**v.a. fl 195,- voor leden en fl 215,- voor niet-leden. Leden die als student het resterende programma volgen, kunnen in aanmerking komen voor reductie. Vraag de voorwaarden bij de cursusadministratie.**	
Aanmelding:	**telefoon**	**0578 - 661450**
	telefax	**0578 - 661851**

13 t/m 15 april
18 t/m 20 mei
15 t/m 17 juni
DE STADIA VAN HET PAD NAAR DE VERLICHTING (Lam Rim)
Door Geshe Sonam Gyaltsen
Nederlandse vertaling Hans van den Bogaert

De traditie van de Lam Rim is zo oud als het Tibetaans boeddhisme. Vanaf het begin hebben grote meesters, in navolging van de Indiase wijsgeer Atisha, het boeddhistische pad naar de verlichting samengevat tot een overzichtelijk geheel, dat uitermate geschikt is voor praktische toepassing in meditatie.
De eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen zal de verschillende onderwerpen waarop wordt gecontempleerd uitgebreid uitleggen en relateren aan de praktijk van deze tijd. Voor deze cursus wordt gebruik gemaakt van de Lam Rim Chenmo, de Uitgebreide Verhandeling over de Stadia van het Pad naar de Verlichting, geschreven door de 14e eeuwse Tibetaanse meester en yogi Lama Tsong Khapa. Tevens zal gebruik worden gemaakt van het moderne commentaar door Pabongka Rinpochee, in het Engels gepubliceerd onder de titel Liberation in Our Hands.
Zie voor meer informatie ook de studiegids FPMT Basisstudie.
Zie voor een introductie van de Lam Rim-traditie het vorige Maitreya Magazine blz. 12 t/m 19.
Deze cursus gaat verder na de zomer steeds (indien mogelijk) het derde weekend van de maand.

Aanvang:	**vrijdagavond om 20.00 uur.**	
Kosten:	**v.a. fl 195,- voor leden en 215,- voor niet-leden. Leden die als student het resterende programma volgen, kunnen in aanmerking komen voor een reductie. Vraag de voorwaarden bij de cursusadministratie. Deze Lam Rim cursus eindigt in november 2001.**	
Aanmelding:	**telefoon**	**0578 - 661450**
	telefax	**0578 - 661851**

22 t/m 27 april
INTERNATIONAL FPMT-GESHE SUMMIT 2001
Instituut in Emst gesloten voor bezoekers

11 t/m 18 mei
LANGE TEKEN- EN SCHILDERCURSUS MET ANDY WEBER
Onderwerp: Vadjrasattva
Voertaal: Engels

Onder bekwame leiding van de meester Andy Weber worden deelnemers aan deze cursus wegwijs gemaakt in de theorie en praktijk van het tekenschema, het prepareren van het doek, het mengen van de kleuren en zelfs in de bijbehorende meditaties. Deze cursus staat in het teken van

de Boeddha van Zuivering Vadjrasattva, zowel zonder als met partner, om oud negatief karma op te ruimen. De cursus zal in semi-retraite stijl worden gegeven met een belofte te zwijgen tot na de lunch etc.
De langere cursus stelt de studenten in de gelegenheid het schildersproces te leren met persoonlijke instructies van de meester.
Oudere studenten die het onderwerp niet willen volgen maar onder leiding aan hun eerdere werk willen werken zal worden verzocht in een aparte kamer te werken. Zij worden aangemoedigd hun huidige werk mee te brengen zodat zij daar onder leiding verder aan kunnen werken en zo hun werk kunnen perfectioneren.
In verband met de opbouw van de cursus is het niet mogelijk dagdelen te volgen.

Kosten:	**fl 795,- voor leden en fl 875,- voor niet-leden (eigen materiaal meebrengen, vraag naar gegevens bij de cursusadministratie)**	
Aanvang:	**vrijdagavond om 20.00 uur**	
Einde:	**maandagmiddag na de lunch**	
Aanmelding:	**telefoon**	**0578 - 661450**
	telefax	**0578 - 661851**

26 en 27 mei
WEEKEND VOOR TIENERS
O.l.v. Euf en Koosje van der Kolk
Zie aankondiging achterin dit magazine

Kosten:	**fl 50,-**	
Aanmelding:	**telefoon**	**0578 - 661450**
	telefax	**0578 - 661851**

27 mei Jaarlijkse ontmoetingsdag van de Boeddhistische Unie Nederland in Emst
Zie uitnodigingsbrief in dit nummer.

4 t/m 7 juni
NYUNG NÄ-BEOEFENING MET DE BOEDDHA VAN MEDEDOGEN
O.l.v. Koosje van der Kolk en Joyce Ruyg

De dagen voor de volle maan van de bijzondere Boeddha maand (Saka Dawa) zal gelegenheid worden gegeven voor het meedoen aan de Nyung Nä beoefening.
Na de voornaamste Nyung Nä is het mogelijk nog meerdere Nyung Nä-beoefeningen te doen. Informeer voor bijzonderheden bij Maitreya Emst

Kosten:	**fl 77,50 voor leden en fl 87,50 voor niet-leden**	
Aanmelding:	**telefoon**	**0578 - 661450**
	telefax	**0578 - 661851**

6 t/m 18 juli
Zomer Lam Rim Cursus
Door: eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert

De zomercursus is dit jaar weer langer, maar toch een paar dagen korter dan twee weken vanwege de initiatie die erna volgt.
Zoals steeds is de zomercursus gewijd aan de Stadia van het Pad naar de Verlichting (Tibetaans: Lam Rim). Het Lam Rim-onderricht stelt ons in staat de leringen van de Boeddha als persoonlijke instructies te zien. Daarmee is dit het meest praktische onderricht uit de Tibetaans boeddhistische traditie. Het grijpt terug op de oorspronkelijke leringen van de Boeddha in De Perfectie van Wijsheid Soetra's en de samenvattingen daarvan door Arya Asanga (4e eeuw) en de Indiase abt Atisha (11e eeuw), die "als een kant en klare maaltijd worden aangeboden".
Geshela gebruikt voor zijn presentatie steeds een korte authentieke tekst en slaagt er heel goed in de theorie aan te passen aan de praktijk van de moderne, 21e eeuwse Nederlander.
Deze Lam Rim cursus bestaat uit twee lezingen per dag door de vaste leraar van het Maitreya Instituut, direct in het Nederlands vertaald.
De ochtend begint met een meditatie op Boeddha Shakyamoeni met zuiverend licht en mantra. Per dag zijn er twee geleide meditaties over de onderwezen onderwerpen en is er 's avonds gelegenheid tot discussie. Om de kosten zo laag mogelijk te houden zal van alle deelnemers worden gevraagd aan kleine huishoudelijke taakjes deel te nemen onder de naam karma-yoga.
De 2 persoonskamers en caravans kunnen uitsluitend in volgorde van binnenkomst van aanmelding en betaling worden gereserveerd! Voorts is er beperkte gelegenheid tot kamperen op het 7 hectare grote bosterrein van het Maitreya Instituut Emst. Hiervoor wordt geen korting op het cursusgeld gegeven.
Voor de vakantie-minded deelnemers is er in de nabije omgeving volop gelegenheid tot zwemmen, wandelen en andere recreatie (Kievitsveld, Apenheul, Paleis het Loo, Vierhouten e.d.)

Kosten:	**fl 865,- voor leden en 950,- voor niet-leden**	
Aanvang:	**vrijdagavond 6 juli om 20.00 uur**	
Einde:	**woensdagmiddag 18 juli na de lunch**	
Aanmelding:	**telefoon**	**0578 - 661450**
	telefax	**0578 - 661851**

21 t/m 22 juli
Avalokiteshvara-initiatie
Door Geshe Sonam Gyaltsen
Vertaling Hans van den Bogaert

Kosten:	**fl 165,- voor leden en 185,- voor niet-leden**	
Aanvang:	**zaterdagmiddag 14.00 uur**	
Aanmelding:	**telefoon**	**0578 - 661450**
	telefax	**0578 - 661851**

23 t/m 25 juli
Groepsretraite op de Lam Rim
O.l.v. een gevorderde student

Deze retraite is alleen toegankelijk voor degenen die aan de voorafgaande cursus hebben meegedaan en langer willen mediteren dan de verkorte cursus toelaat. Om de tijdens de cursus opgebouwde rust te bewaren en tot een daadwerkelijke verdieping te komen, is het helaas niet mogelijk een of enkele dagen mee te doen. Dit in het belang van de verdieping van de ervaring van degenen die serieus hun best doen de hele cursus en retraite zo effectief mogelijk laten zijn. Wij vragen hiervoor uw begrip.

Kosten:	**fl 135,- voor leden en 150,- voor niet-leden**	
Aanvang:	**zondagavond 22 juli om 20.00 uur**	
Einde:	**woensdag 25 in de avond**	
Aanmelding:	**telefoon**	**0578 - 661450**
	telefax	**0578 - 661851**

24 juni
Feestje ter gelegenheid van de 60ste verjaardag van onze vaste leraar, de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen.
De bijeenkomst begint met een Offerande aan de Spirituele Leraren om 10.00 uur en eindigt na een feestelijke lunch. Aan de bijeenkomst zijn geen kosten verbonden. Een vrijwillige bijdrage wordt op prijs gesteld.
I.v.m. de maaltijd graag aanmelden met hoeveel personen u komt.

Aanmelding telefoon: 0578 - 661450

18 t/m 21 juli
NYUNG NA-BEOEFENING MET DE BOEDDHA VAN MEDEDOGEN
O.l.v. Joyce Ruyg
De beoefening begint woensdagavond 18 juli om 20.00 uur en eindigt zaterdagochtend 21 juli na het ontbijt.
Voorwaarde voor deelname is toevlucht te hebben genomen.

Aanvang:	**18 juli om 20.00 uur.**
Kosten:	**77,50 voor leden en 87,50 voor niet-leden**
Aanmelding	**tel: 0578 - 66140**

Amrit Rienks

Lege beelden worden gezegend en de mantrarolletjes waarmee ze worden gevuld.

BIJEENKOMST NONNEN IN HET KONINKLIJK INSTITUUT VAN DE TROPEN

In de maand april wordt in het KIT (het Tropeninstituut) te Amsterdam een serie bijeenkomsten georganiseerd onder de titel: De kracht van religie, vrouwen aan het woord. Op donderdag 19 april verlenen de Ven. Chödron en Ven. Kaye Miner hun medewerking aan de bijeenkomst met als titel: Vrouwen en boeddhisme.
Aanvang 20.30 uur.
Info en kaartverkoop via tel.: 020 - 56 88 451
Aansluitend zal er een fototentoonstelling zijn in het Maitreya Instituut Amsterdam.

NIEUWE ONLINE FOTOCOLLECTIE VAN TIBET INFORMATION NETWORK

Tibet Information Network (TIN) heeft pas een nieuwe fotocollectie op het web geplaatst. Het betreft Å 150 beelden van het dagelijkse leven in het huidige Tibet. De collectie kan bekeken worden op < http://www.tibetinfo.net (kies "New photocollection" or "IMAGES FROM TIBET") > .

26 en 27 mei

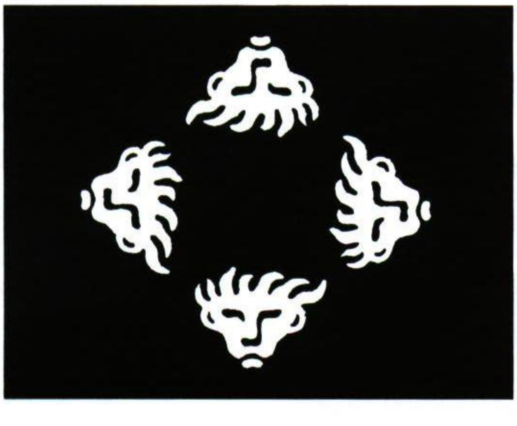
TIENERWEEKEND

O.l.v. Koosje van der Kolk, Euf, e.a.

YES!!! Eindelijk is het zo ver. Er is een weekend georganiseerd voor tieners van 12 t/m 15 jaar. Tijdens het weekend gaan we uit van een eerste kennismaking met het boeddhisme. We zullen ingaan op vragen als 'Wie was Boeddha', 'Wat is dat nu eigenlijk, het boeddhisme', 'Mediteren, hoe doe je dat?' We gaan ons o.a. bezighouden met de betekenis van de rituelen die je tegenkomt, met de voorwerpen en afbeeldingen in de meditatieruimte ofwel de gompa. Er zal gezamenlijk worden gekookt. 's Avonds is er ruimte voor discussie en het kijken van een video. We zijn zowel binnen als buiten. Kortom een weekend vol afwisselende activiteiten. Ben je geïnteresseerd, wil je meer weten over de Boeddha, Z.H. de Dalai Lama en het Tibetaans boeddhisme, of weet je er al wat van en vind je het ook leuk om mee te doen, dan ben je van harte welkom. Om dit weekend voor iedereen mogelijk te maken zijn de kosten zeer laag gehouden.

Kosten:	**fl. 50,—**	
Aanvang:	**zaterdagochtend om 9.30**	
Einde:	**zondagmiddag om 13.00**	
Aanmelding:	**telefoon**	**0578-661450**
	telefax	**0578-661851**

BOS
TV-Uitzendingen



Ned 1, steeds om 14.00 uur
Herhaling de zaterdag erna om 12.37 op Ned 1
De volgende data en aanvangstijden zijn zeker.
De onderwerpen worden aangekondigd onder voorbehoud.

APRIL

8	Vietnam
29	Film Brainresearch. Documentaire over de invloed van meditatie op de hersenen

MEI

13	Seven Dreams of Tibet. Docu-film met het verhaal van 7 Tibetaanse vluchtelingen
27	Thailand

JUNI

10	Tibetaanse nonnen
24	Over karma

JULI

8- 15 - 22 - 29	Onderwerpen waren bij het ter perse gaan van dit nummer nog niet bekend.

Programma
studiegroep Maitreya Noord-Nederland

LEZINGEN GESHE SONAM GYALTSEN IN GRONINGEN.

De Stadia van het Pad naar de Verlichting (Lam Rim) is in het Tibetaans boeddhisme een ongeëvenaarde basistekst, waarin een compleet overzicht wordt gegeven van het complete boeddhistische pad. Het bevat alle essentiële leringen van de Boeddha. Het is om die reden dat het Maitreya Instituut elk jaar gedurende de zomer een Lam Rim cursus organiseert. Gedurende het voorjaar van 2001 zal Geshe Sonam Gyaltsen in Groningen gedurende vijf avonden enkele onderdelen van deze tekst voor een breed publiek toelichten en toegankelijk maken. Hoewel het onderdelen uit één geheel betreft, staan de onderwerpen op zich, zodat elke avond los van elkaar goed te volgen is.

18 april 2001 Geboorte, sterven en tussenstaat.
Iedereen is vergankelijk en zal sterven. Eigenlijk komen we elk moment een stap dichter bij de dood. Het besef van de eigen vergankelijkheid doet ons intenser en bewuster onderwerp. De geshe zal weer duidelijk uiteenzetten hoe we ons geluk kunnen vergroten door bewust te leven en een ruime visie te hebben op ons leven, meer kennis te hebben van vergankelijkheid en, als dat mogelijk is, een goed voorbereiden op ons sterven in verband met een gunstige volgende wedergeboorte.

16 mei 2001 Boeddholoog of boeddhist?
Na een periode van lezen, aanhoren en discussieren, kan men vervolgens besluiten om het pad werkelijk te gaan bewandelen. Een eerste stap is dan het 'toevlucht nemen'. Men wil zijn leven in een veilige richting sturen en oorzaken creëren om gelukkiger te worden, maar men realiseert zich tevens dat er nog veel problemen en onduidelijkheden in het verschiet liggen. De Boeddha, zijn leer en het voorbeeld van degenen die de leer in de praktijk brengen, moeten ons daarbij in het rechte spoor houden.

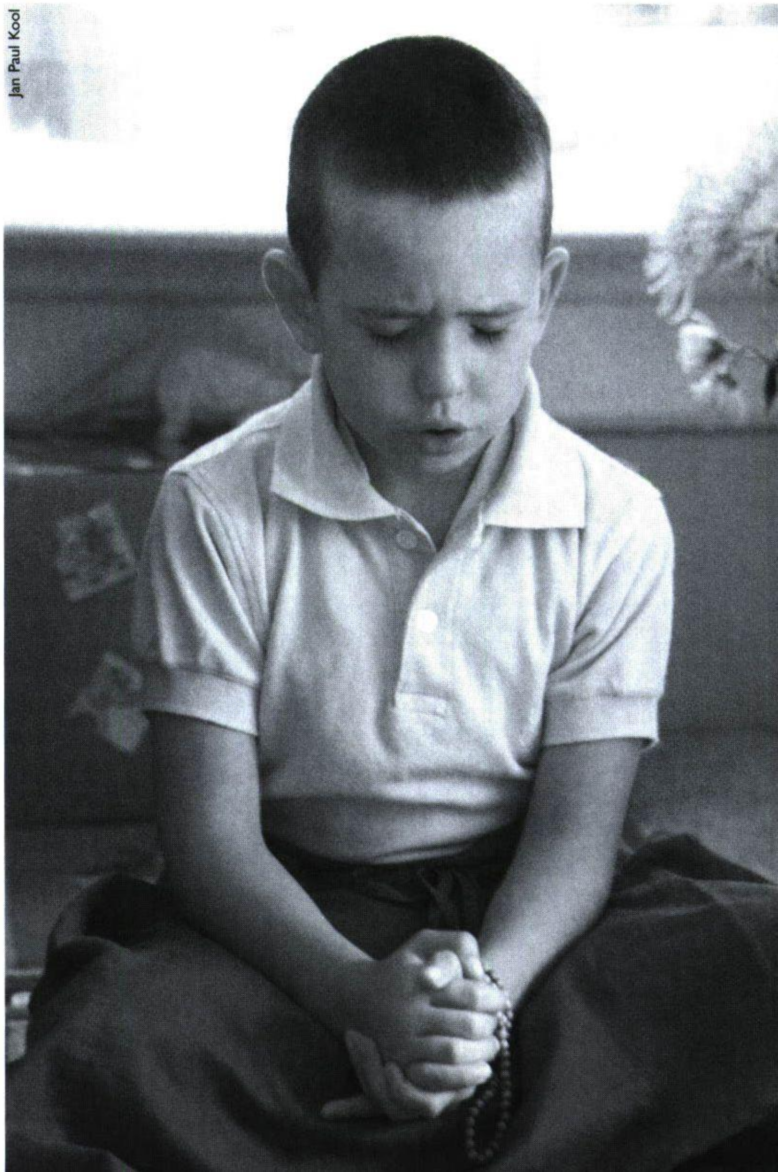
20 juni 2001 Het pad van de krijger, het bodhisattva ideaal.
De hoogste motivatie, die waarbij men zichzelf probeert te ontwikkelen om daardoor anderen van dienst te kunnen zijn, is waarschijnlijk ook de moeilijkste. Vandaar dat dit pad ook wel het pad van de krijger genoemd wordt. Behalve zichzelf komt men op dit pad ook de ander tegen en dat is niet altijd even gemakkelijk. Het blijkt een hele opgave te zijn om het juiste midden te houden tussen idealen en reële beperkingen en daarbij te volharden in de juiste inspanningen, maar het uiteindelijke doel is de moeite waard.

Voor alle lezingen geldt:

Plaats:	**"Huis De Beurs A-Kerkhof ZZ 4, 9711 JB Groningen**
Aanvang:	**19.30 uur**
Entree:	**f 15,— (minima f 10,—)**
Informatie:	**050 5268058 (Simon)**

Alle lezingen worden in Nederlands vertaald door Hans van den Bogaert.

Jan Paul Kool



Lama Tenzin Ösel Rinpochee: jong geleerd is oud gedaan.

DISCUSSIE- EN MEDITATIEAVONDEN TIBETAANS BOEDDHISME

Groningen

Deze maandelijkse avonden zijn bedoeld voor mensen die vaker op de lezingen komen, van boeddhisme afweten of meditatie-ervaringen hebben. De avonden sluiten aan bij de lezingen van Geshe Sonam Gyaltsen.

Wanneer: **Dinsdag 24 april, 22 mei en 26 juni.**
Tijd: **19.15 – 21.15 uur**
Waar: **Praktijkruimte "De Verandering", Vechtstraat 78, Groningen (zijstraat Hereweg).**
Kosten: **vrije bijdrage (richtlijn f 7,50 per keer)**
Leiding: **Jacoba Postma**
Informatie: **Telefoon: 0593 527239 (Jacoba). Het is prettig als je even belt als je voor het eerst komt.**

Assen

Ook in Assen/ Drente zijn we gestart met een (twee-)maandelijkse meditatie- en discussieavond. Dit zal in het voorjaar 2001 steeds bij iemand thuis plaats vinden.

Wanneer: **Vanaf woensdag 31 januari 2001 (maandelijks/ twee-maandelijks).**
Waar: **Wisselend in Assen/ Drente.**
Informatie: **Telefoon: 050 5268058 (Simon). Het is prettig als je even belt als je interesse hebt.**
Kosten: **Vrije bijdrage (richtlijn f 7,50 per keer).**

CURSUS 'LEREN MEDITEREN'.

In vier avonden staan we stil bij de achtergronden van zowel concentratie-, visualisatie en analytische meditaties. Naast de praktijk (het oefenen) gebruiken we het boek Mediteren van Geshe Sonam Gyaltsen en Leren mediteren van Kathleen MacDonald.
Doel van mediteren is een beter mens te worden, capaciteiten te ontwikkelen en gelukkiger te worden gebaseerd op boeddhistische kennis. Het is niet nodig boeddhist te zijn of te worden.

Wanneer: **Woensdag 25 april, 9 mei en 23 mei en 13 juni 2001.**
Informatie: **Telefoon: 050 5268058 (Simon).**
Kosten: **vrije bijdrage (richtlijn f 7,50 per keer; wel graag boek aanschaffen).**

BOEKCURSUS/ GESPREKSGROEP.

Om meer verdieping te krijgen, wordt op verzoek van bezoekers van de lezingen van Geshe Sonam Gyaltsen in het voorjaar van 2001 een boekcursus georganiseerd, waarbij een boek van Geshe Sonam Gyaltsen centraal staat. Vragen waar de deelnemers niet uit komen kunnen voor de lezingen aan de geshe gesteld worden of door één van de deelnemers in Emst aan de geshe gesteld worden.

Wanneer: **Vanaf eind februari/ maart op woensdagavond (in overleg; twee-wekelijks).**
Waar: **afhankelijk van wie zich opgeeft in de huiskamer bij één van de deelnemers.**
Informatie: **Telefoon: 0595 571128 (Anne Veen).**
Opgave: **idem.**
Kosten: **Vrije bijdrage in de onkosten.**

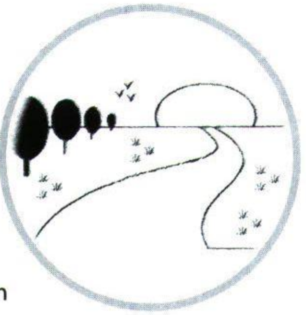
WAARDEVOLLE INTERNET ADRESSEN

www.maitreya.nl
www.fpmt.org
www.kopan-monastery.com
www.maitreya-statue.org
www.rootinstitute.com
www.tibet.com/index/html
www.tsurphu.com
www.tibet.dk/tsurphu/karmapa
www.thehungersite.com
http://tashilhunpo.org
http://tibetanyouthcongress.org/
http://www.tibetanarts.org/
http://tibetnews.com/
http://worldbridges.com/Tibet/JJI/
http://worldbridges.com/Tibet/
http://www.all7.com/omg/dharma (prachtige screensavers)
http://boeddhisme.pagina.nl
http://come.to/dossiers
http://www.buddhanet.net
http://quietmountain.com/buddhism.htm
http://www.boeddhaned.cjp.net

sites over tibetaanse geneeskunde:
www.tibetaansegeneeskunde.nl
www.padma28.nl

BOS EN TUIN

ACTIVITEITEN



De werkgroep 'bos en tuin' zal in de volgende weekenden weer werkzaamheden verrichten:

Data:
4 t/m 6 mei
1 t/m 3 juni

De werkzaamheden vangen aan op de zaterdagochtend om 9.00 uur onder leiding van Vera Kappers en eindigen op zondag om 17.00 uur.

Aankomst:	**vrijdagavond**	
Kosten:	**aan deelname zijn geen kosten verbonden.**	
Informatie:	**tel/fax:**	**020 - 694 04 12**
	of	**020 - 620 62 72**
	(Vera Kappers)	
Aanmelding:	**telefoon:**	**0578 - 66 14 50**

RAINBOW LOTUS CLUB

Op de eerste woensdagavond van de maand organiseert het Maitreya Instituut Amsterdam de RAINBOW LOTUS CLUB, een bijeenkomst voor homo-, lesbische-, biseksuele- en transseksuele-boeddhisten of geïnteresseerden. Het doel van deze maandelijkse bijeenkomsten is om een ontspannen manier een veilige omgeving te creëren, begeleide meditaties bij te wonen en deel te nemen aan een groepsdiscussie. Op langere termijn willen we mogelijk gastsprekers uitnodigen of forums te organiseren. Ons doel is noch om nieuwe boeddhisten te werven, noch een actiegroep te vormen. Liever willen we een gevoel van 'community' creëren, waarin boeddhisten over hun homoseksualiteit kunnen discussieren en ervaringen kunnen delen. Tevens biedt het boeddhisme veel om onze ervaringen te verrijken en kunnen we onze kennis over boeddhisme op die manier verdiepen. Iedereen is van harte welkom (niet-boeddhisten, boeddhisten van alle tradities, mensen die zich niet identificeren als homoseksueel).

Vragen en info: Joe Weston, tel. 020 6236320
E-mail: jweston@xs4all.nl

Het Maitreya Instituut werkt zonder winstoogmerk. Het bedrag dat U als donatie betaalt voor deelname aan cursussen is Uw bijdrage voor het in stand houden en ontwikkelen van de condities voor het waardevolle Dharma-onderricht. Dankzij Uw bijdrage kan het Dharma-onderricht zoals dat in het Maitreya Instituut wordt gegeven worden voortgezet en voor een breder publiek toegankelijk gemaakt.

U betaalt dus niet voor het Dharma onderricht, maar voor de faciliteiten van het Instituut.

Voor inlichtingen omtrent andere manieren waarop u kunt bijdragen aan een verdere ontwikkeling van de faciliteiten van het Maitreya Instituut kunt u contact opnemen met ons kantoor of met een van de comité- of bestuursleden.

MAITREYA INSTITUUT

MAITREYA MAGAZINE
april, mei, juni 2001

VERSCHIJNING
1x per kwartaal

UITGAVE
Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2 - 8166 HA Emst

REDACTIE EN VERTAALTEAM
Gelong Jampel Pharchin
Paula de Wijs
Koosje v.d. Kolk
Amrit Rienks
Sander Tideman
Nico Knol
Nanda Huneman

EINDREDACTIE
Hans van den Bogaert

VORMGEVING
Rene van Luyn, Carmen Mensink
en Lindy Fokker

VOORPLAAT
Lama Tenzin Ösel Rinpochee.
Foto: Francis
Vormgeving: Lindy Fokker en Arnoud Smit

DRUK
Offsetdrukkerij Refo b.v.
Wallerstraat 127 - 3862 CN Nijkerk

COPYRIGHT
Maitreya Instituut.
Alle rechten voorbehouden.

ABONNEMENT
Schriftelijk of telefonisch opgeven in Emst. Alleen per kalenderjaar. Het abonnement gaat in na ontvangst van uw betaling en loopt automatisch door tenzij voor 30 november schriftelijk opgezegd. De prijs is f 40,- in Nederland, f 60,- in Europa en f 88,- in overige landen. Abonnees ontvangen een acceptgiro bij het januari nummer.
Losse nummers f 10,- plus porto.

ADRESWIJZIGINGEN
Gaarne schriftelijk naar Emst.

VORIGE NUMMERS
Niet alle vorige nummers zijn meer verkrijgbaar.

BESTELLINGEN UIT ONZE WINKELS
Boeken en Dharma-artikelen worden alleen verzonden in Emst en kunnen daar telefonisch of schriftelijk worden besteld. De winkel in Emst is alleen open tijdens cursussen of na telefonische afspraak.

Foundation for the Preservation
of the Mahayana Tradition

SPIRITUEEL HOOFD FPMT
Lama Thubten Zopa Rinpochee

VASTE LERAAR
Geshe Sonam Gyaltsen

BESTUUR
Voorzitter: Sander Tideman
Secretaris: Paula de Wijs
Penningmeester: Arjan Korevaar

Bestuursleden:
Lama Thubten Zopa Rinpochee
Gelong Marcel Bertels
Thirza Happé

MAITREYA EMST
Heemhoeveweg 2
8166 HA Emst
Telefoon: 0578-661450
Fax: 0578-661851
E-mail: emst@maitreya.nl
Home page: www.maitreya.nl
Kantoor open:
maandag t/m vrijdag van 9-16 uur.

MAITREYA AMSTERDAM
Brouwersgracht 157-159
1015 GG Amsterdam
Telefoon : 020-4280842
Fax : 020-4282788
E-mail: amsterdam@maitreya.nl
Home page: www.maitreya.nl

Openingstijden:
maandag t/m donderdag 12.00 - 20.30 uur
vrijdag: 12.00 - 17.00 uur
zaterdag: 10.00 uur - 17.30 uur

Maitreya Boekhandel:
Telefoon: 020-6206272.
Open van dinsdag t/m zaterdag
van 10-17.30 uur.

MISSION STATEMENT
Het Maitreya Instituut stelt zich tot doel de studie, het behoud en de overdracht van het boeddhisme in Nederland te bevorderen. Hierbij richt het instituut zich vooral op het boeddhisme zoals het in Tibet heeft bestaan, met name de Gelug-school van Lama Tsong Khapa (1357-1419).

VERANDERING LIDMAATSCHAP EN BETALING CURSUSSEN
Met het oog op een aantal veranderingen in het nieuwe millennium hebben wij zowel het lidmaatschap / donateurschap als de tarieven van de cursussen moeten aanpassen. Er zijn nu nog meer verschillende mogelijkheden om het Maitreya Instituut te steunen, op een aan uw eigen situatie aangepaste manier.
Betaling van lidmaatschap en cursusgelden per machtiging evt. verspreid over een heel jaar, is voortaan voordeliger. Een machtiging is voor u en voor onze administratie gemakkelijker.
Het niet tijdig afmelden van deelname aan een cursus heeft voortaan financiële consequenties. Zie voor details de brief van het management comité / landelijk bestuur die u rond de kerst heeft ontvangen.

GESHE ACTIE
Voor het verblijf en onderhoud van de vaste leraar is een apart fonds opgezet. Deelnemers betalen liefst via een automatische overboeking ten minste f 10,- per maand of f 120,- per jaar op onze postbank rekening nr. 6901668 t.n.v. Maitreya Instituut te Emst o.v.v.: Geshe Actie.

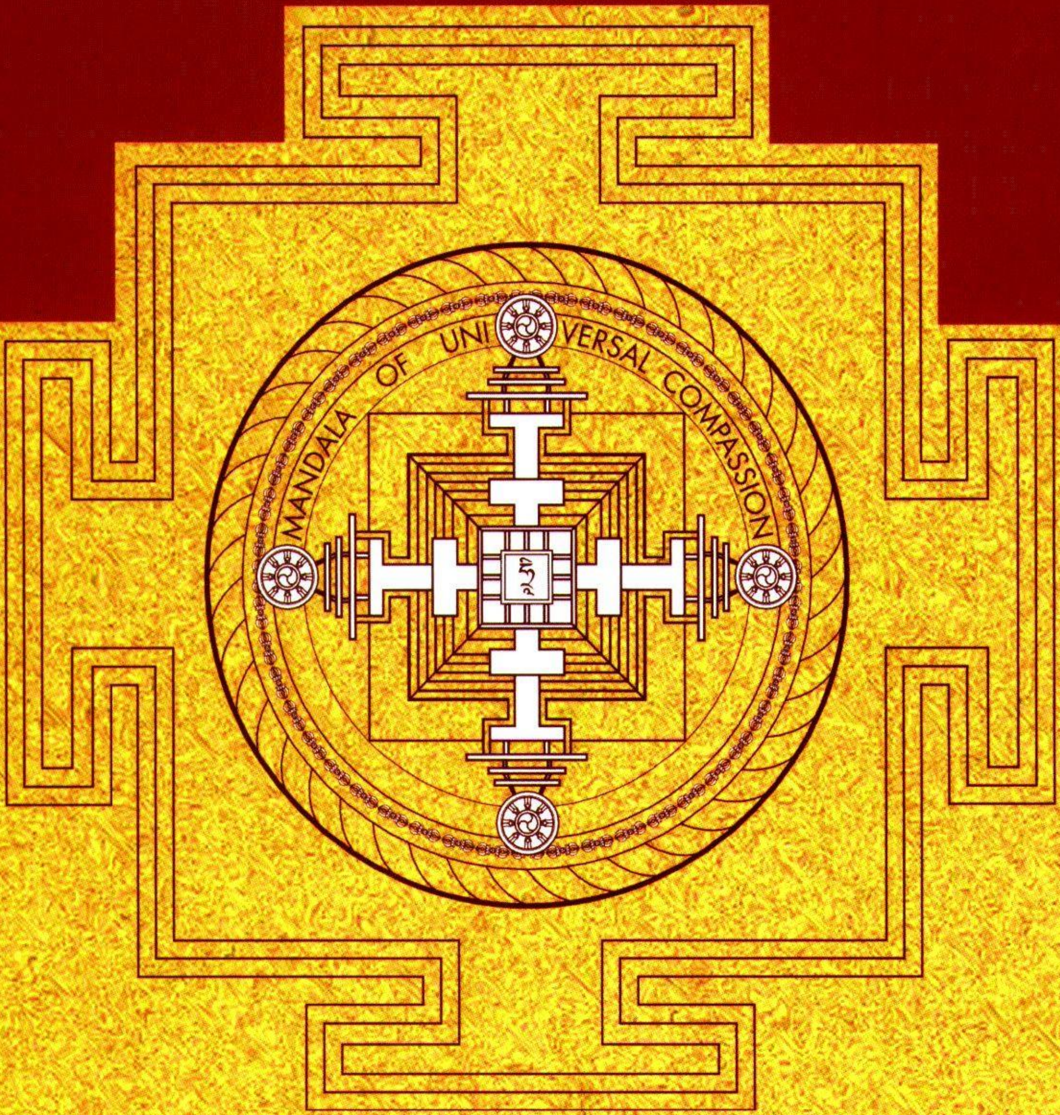
DONATIES, LEGATEN EN LIJFRENTES
Zijn altijd welkom om ons werk te ondersteunen. Voor inlichtingen belt u ons in Emst of Amsterdam.

BETALINGEN
Voor abonnement of lidmaatschap uitsluitend op postbank rekening nr. 4651510 t.n.v. Maitreya Instituut te Emst.

Voor cursusgelden en donaties bestemd voor Emst: postbank rekening nr. 6901668 t.n.v Maitreya Instituut te Emst o.v.v.: datum cursus of doel donatie. Bij voorbeeld: Geshe Actie, Lama Ösel Fonds, Sangha Fonds, Maitreya Beeld Emst, Onderhoud, etc.

Voor cursusgelden en donaties bestemd voor Amsterdam: ING Bank 671220748 t.n.v. Maitreya Instituut te Amsterdam o.v.v: cursusdatum of doel donatie.

Bezoekers aan ons centrum of onze winkel in Emst zijn van harte welkom, na telefonische afspraak.



F.P.M.T

FOUNDATION FOR THE PRESERVATION OF THE MAHAYANA TRADITION